



Metode Drill untuk Meningkatkan Teknik Mengoper Bola (Passing) dalam Permainan Sepakbola pada Peserta Ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Turen Kabupaten Malang

Harris Syamsudin, Tatok Sugiarto*, Fahrial Amiq, Eko Hariyanto

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

*Penulis korespondensi, Surel: tatok.sugiarto.fik@um.ac.id

Paper received: 15-3-2023; revised: 25-7-2023; accepted: 26-7-2023

Abstract

Football is a game with 2 teams of players, each consisting of 11 people and the goal of the game is to score as many points as possible by entering the ball into the opponent's goal in a duration of 2x45 minutes. In order for football players to be able to play well, all players are required to master all the basic techniques of football. Therefore, this study aims to improve the skills of football players in basic techniques of *passing* using the *drill*. Based on observations during extracurricular soccer practice at SMA Negeri 1 Turen, Malang Regency, it is still not good, especially when passing the ball which tends to make mistakes, while the errors that occur include *passing*. at the initial stage, footstool, ball hit, eye gaze, *follow through*, and ball direction. This type of research is sports action research using 2 cycles. This research uses a quantitative approach with a descriptive method with the number of research subjects as many as 25 male extracurricular football participants at SMA Negeri 1 Turen, Malang Regency. After giving the action to the participants from cycle 1 and cycle 2 in the basic technique of *passing* the ball shown in each indicator, there has been an increase. In the prefix indicator, the percentage is 86%, footstool is 86%, ball impact is 84%, eyesight is 92%, *follow trough* is 90%, ball direction is 82%, so it is concluded that using the *drill* can improve the skills of extracurricular participants SMA Negeri 1 Turen Malang Regency football in the basic technique of passing the ball (*passing*).

Keywords: drill method; basic technique of passing; football

Abstrak

Sepakbola adalah suatu permainan dengan 2 tim pemain yang masing-masing beranggotakan 11 orang dan tujuan permainan mencetak poin sebanyak mungkin dengan cara memasukkan bola ke gawang lawan dalam durasi 2x45 menit. Supaya pemain sepakbola mampu bermain dengan baik diharuskan seluruh pemain menguasai semua teknik dasar sepakbola. Oleh sebab itu dilakukannya penelitian ini bertujuan meningkatkan keterampilan pemain sepakbola dalam teknik dasar mengoper bola (*passing*) dengan menggunakan metode *drill*. Berdasarkan observasi pada saat latihan ekstrakurikuler sepakbola di SMA Negeri 1 Turen Kabupaten Malang masih kurang baik terutama pada saat mengumpan bola yang cenderung sering terjadi kesalahan, adapun kesalahan yang terjadi diantaranya yaitu dalam mengoper bola (*passing*) pada tahap awalan, tumpuan kaki, perkenaan bola, pandangan mata, *follow through*, dan arah bola. Jenis penelitian ini yaitu penelitian tindakan olahraga dengan menggunakan 2 siklus. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif dengan jumlah subjek penelitian sebanyak 25 peserta putra ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Turen Kabupaten Malang. Setelah diberikannya tindakan pada peserta dari siklus 1 dan siklus 2 dalam teknik dasar mengoper bola (*passing*) yang ditunjukkan pada setiap indikator sudah terjadi peningkatan. Pada indikator awalan diperoleh persentase sebesar 86%, tumpuan kaki sebesar 86%, perkenaan bola sebesar 84%, pandangan mata sebesar 92%, *follow through* sebesar 90%, arah bola sebesar 82%, sehingga disimpulkan dengan menggunakan metode *drill* mampu meningkatkan keterampilan peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Turen Kabupaten Malang dalam teknik dasar mengoper bola (*passing*).

Kata kunci: metode *drill*, teknik dasar, sepakbola.

1. Pendahuluan

Olahraga sepakbola merupakan olahraga yang sangat digemari oleh semua kalangan tanpa membedakan laki-laki dan perempuan. Daya tarik sepakbola terletak pada kerjasama antar pemain yang memiliki tujuan untuk memenangkan permainan dengan mencetak *gol* sebanyak-banyaknya ke gawang lawan. Pada permainan sepakbola para pemain dituntut harus baik dalam segi fisik, teknik, taktik, strategi serta mental (Ridwan, 2020). Maka dari itu seluruh pemain sepakbola diharuskan memiliki kemampuan yang baik pada semua teknik dasar sepakbola. Adapun teknik-teknik sepakbola yang perlu dikuasai pemain yaitu menendang bola, menghentikan atau mengontrol bola, menggiring bola, menyundul bola, mengoper bola, lemparan bola ke dalam serta menjaga gawang (Amiq, F, 2016).

Pada permainan sepakbola teknik dasar yang harus dikuasai oleh pemain yaitu teknik mengoper bola (*passing*) sebab teknik tersebut sering dilakukan dalam permainan sepakbola. Keterampilan mengoper dan menerima bola dapat menghubungkan antar pemain dalam satu tim yang berperan pada bagian masing-masing (Luxbacher, 2012). Namun banyak fakta-fakta dalam permainan sepakbola di Indonesia tentang pemain yang banyak melakukan kesalahan *passing*, mulai dari yang melenceng, terlalu keras, terlalu pelan, dan naik sehingga menyulitkan teman yang akan menerima bola. Maka dari itu, harus sejak dini pemain diberikan latihan dasar teknik mengoper bola (*passing*) dengan baik, benar dan secara berulang-ulang. Untuk bisa terampil menguasai teknik-teknik dasar dalam sepakbola diperlukan latihan yang rutin dan terstruktur dari sejak usia dini. Oleh sebab itu pembinaan sejak usia dini salah satunya dapat melalui kegiatan ekstrakurikuler. Dengan adanya ekstrakurikuler olahraga terutama sepakbola sangat bermanfaat untuk menyalurkan minat dan bakat peserta didik (Muhtar, 2011). Dengan demikian pelaksanaan ekstrakurikuler olahraga yang diprogramkan sekolah harus disesuaikan dengan kebutuhan setiap peserta didik supaya dapat mencapai dengan baik tujuan yang diinginkan (Sudjana, 2014).

Berdasarkan observasi yang dilakukan pada Jumat, 22 Januari 2021 pukul 14.30 WIB kepada 25 peserta sepakbola ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Turen Kabupaten Malang yang didampingi oleh seorang pelatih diketahui bahwa ketika melakukan latihan sepakbola, pada saat pelatih memberikan variasi model pada latihan *passing*, banyak peserta belum menguasai teknik dasar *passing* dalam permainan sepakbola. Pelatih kurang memberikan model variasi *passing* saat latihan dan peserta ekstrakurikuler terlihat kurang bersungguh-sungguh sehingga akan mempengaruhi kekuatan operan dan membuat operan bola (*passing*) menjadi kurang efektif. Untuk melakukan tendangan dibutuhkan keterampilan latihan dengan perkenaan kaki yang kuat supaya bola dapat berjalan dengan baik, cepat dan tepat (Salim, 2008).

Berdasarkan permasalahan tersebut dilakukannya wawancara dengan pelatih ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Turen Kabupaten Malang, didapatkan hasil wawancara dan temuan penelitian sebagai berikut: 1) Pada aspek teknik dasar dan program latihan peserta kurang menguasai teknik dasar serta latihan yang diberikan. 2) Program latihan yang diberikan hanya program latihan biasa tanpa ada program latihan tambahan selain itu peserta belum pernah diberikan latihan tambahan teknik dengan metode *drill* pada permainan sepakbola. 3) Fokus latihan yang dijalankan sebelumnya hanya mengajarkan teknik dasar seperti *shooting* dan *control*. 4) Kendala latihan yaitu kurangnya semangat peserta dan keseriusan yang cenderung rendah untuk berlatih teknik dasar mengoper bola (*passing*) sehingga peserta belum menguasai secara penuh. 5) Model latihan yang dijalankan sebelumnya yaitu menggunakan model latihan terdahulu dan kurang bervariasi.

Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan adanya peningkatan keterampilan peserta sepakbola ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Turen Kabupaten Malang pada teknik mengoper bola (*passing*). Diketahui dari hasil persentase yang diperoleh sebesar 36% (9) peserta melakukan kesalahan pada tahap awalan dan 64% (16) peserta telah melakukan dengan benar, 60% (15) peserta melakukan kesalahan pada tumpuan kaki dan 40% (10) peserta telah melakukan dengan benar, 56% (14) peserta melakukan kesalahan pada perkenaan bola dan 44% (11)

peserta melakukan gerakan dengan benar, 44% (11) peserta melakukan kesalahan pada pandangan mata dan 56% (14) peserta yang melakukan dengan benar, 52% (13) peserta melakukan kesalahan pada gerakan lanjutan dan 48% (12) peserta melakukan dengan benar, 60% (15) peserta melakukan kesalahan pada arah bola dan 40% (10) peserta melakukan dengan benar. Di dalam olahraga sepakbola, pemain harus menguasai keterampilan dasar sepakbola salah satunya yaitu teknik mengoper bola (*passing*). Untuk meningkatkan akurasi *passing* peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Turen, digunakanlah metode *drill*. Alasan penggunaan metode *drill* disebabkan untuk membentuk kebiasaan dengan melakukannya secara berulang guna memperoleh suatu keterampilan yang diinginkan. Penggunaan metode *drill* dapat meningkatkan ketepatan, kecepatan serta gerakan-gerakan rumit dan kompleks akan lebih mudah untuk dikuasai (Esposito & Raiola, 2020). Metode latihan (*drill*) atau yang biasa disebut *training* merupakan salah satu upaya pengajaran yang bertujuan menanamkan kebiasaan-kebiasaan yang diinginkan (Sagala, 2014). Melakukan metode *drill* dapat menjadi alternatif untuk memperoleh keterampilan, ketangkasan, ketepatan, serta kesempatan.

Berdasarkan data yang dipaparkan, diketahui bahwa keterampilan *passing* peserta sepakbola ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Turen Kabupaten Malang masih kurang dan perlu ditingkatkan pada saat latihan teknik dasar *passing*. Untuk mengatasi permasalahan tersebut peneliti akan memberikan program latihan menggunakan metode *drill* yang bertujuan untuk meningkatkan keterampilan peserta sepakbola ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Turen Kabupaten Malang dalam mengoper bola (*passing*).

2. Metode

2.1 Prosedur Penelitian

Berdasarkan dari tujuan pada penelitian, maka pendekatan penelitian yang digunakan yaitu penelitian tindakan olahraga (PTO). Desain penelitian yang digunakan mempunyai kesamaan dengan penelitian tindakan kelas (PTK).

Tahap-tahap dalam Penelitian Tindakan Olahraga (PTO) terbagi menjadi 2 siklus dengan rincian, pada siklus I, meliputi: perencanaan tindakan I, pelaksanaan tindakan I, pengamatan I, dan refleksi I. Lama pelaksanaan siklus 1 sebanyak 6 kali pertemuan. Tahapan siklus 2 diantaranya yaitu: perencanaan tindakan 2, pelaksanaan tindakan 2, pengamatan serta refleksi akhir (Budiwanto, 2011). Lama pelaksanaan siklus 2 sebanyak 6 kali pertemuan. Penelitian dilaksanakan 2 kali dalam satu pekan pada setiap hari Selasa dan Jumat pukul 15.30-17.10 WIB di lapangan sepakbola Gunung Kembar di Jalan Stadion Barat no. 47 Kecamatan Turen Kabupaten Malang. Pelaksanaan siklus 1 dilaksanakan pada tanggal 1 Oktober 2021 sampai dengan tanggal 19 Oktober 2021, dan untuk pelaksanaan siklus 2 adalah tanggal 22 Oktober 2021 sampai pada tanggal 9 November 2021.

Penelitian ini dilaksanakan pada peserta sepak bola ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Turen Kabupaten Malang, subjek penelitian ini berjumlah 25 peserta. Observer pada penelitian ini terdiri dari peneliti dan pelatih. Penelitian ini menggunakan beberapa teknik pengumpulan data yang meliputi: (1) Observasi yang dilakukan dengan cara melihat, mengamati langsung, serta mencatat perilaku maupun kejadian yang terjadi sebenarnya pada peserta ekstrakurikuler sepakbola putra SMA Negeri 1 Turen Kabupaten Malang pada saat melakukan latihan maupun pelaksanaan *small game*. (2) Wawancara kepada pelatih ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Turen Kabupaten Malang dengan pedoman wawancara yang berisi beberapa pertanyaan yang telah disiapkan sebelumnya. (3) Catatan lapangan yaitu instrumen yang berisi catatan kejadian di lapangan sesuai dengan tindakan yang diberikan, dan (4) dokumentasi kegiatan yang dilakukan berupa arsip-arsip selama penelitian berlangsung dan juga foto, video atau gambar saat pelaksanaan penelitian. Teknik analisis data yang digunakan yaitu uji statistik deskriptif kuantitatif. Analisis data dilakukan dengan cara memberikan deskripsi pada data yang diperoleh dalam sampel atau populasi penelitian. Data penelitian ini

diolah dengan menggunakan rumus deskriptif persentase. Adapun acuan sebagai pedoman klasifikasi hasil analisis persentase sebagai berikut:

Tabel 1. Analisis Persentase

Persentase	Keterangan	Makna
81% - 100 %	Sangat Baik	Digunakan
61 % - 80 %	Baik	Digunakan
41% - 60%	Cukup	Digunakan
21% - 40%	Kurang	Diperbaiki
0% - 20%	Kurang Sekali	Diganti

Sumber: (Suharsimi, 2013)

Berisi jenis penelitian, waktu dan tempat penelitian, target/sasaran, subjek penelitian, prosedur, instrumen dan teknik analisis data serta hal-hal lain yang berkaitan dengan cara penelitiannya yang dapat ditulis dalam sub-sub bab, dengan sub-subheading.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1 Studi Pendahuluan

Pengumpulan data awal pada penelitian ini dilakukan di lapangan sepakbola Gunung Kembar di Jalan Stadion Barat no. 47 Kecamatan Turen Kabupaten Malang melalui 3 tahapan yaitu wawancara, analisis kebutuhan untuk peserta dan tes, pada hari Jumat tanggal 23 April 2021 pukul 14.30–17.10. Pengumpulan data awal dengan melakukan kegiatan wawancara kepada pelatih ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Turen dengan hasil sebagai berikut: (1) Pada aspek teknik dasar dan program latihan peserta kurang menguasai teknik dasar serta latihan yang diberikan. 2) Program latihan yang diberikan hanya program latihan biasa tanpa ada program latihan tambahan selain itu peserta belum pernah diberikan latihan tambahan teknik dengan metode *drill* pada permainan sepakbola. 3) Fokus latihan yang dijalankan sebelumnya hanya mengajarkan teknik dasar seperti *shooting* dan *control*. 4) Kendala latihan yaitu kurangnya semangat peserta dan keseriusan yang cenderung rendah untuk berlatih teknik dasar mengoper bola (*passing*) sehingga peserta belum menguasai secara penuh. 5) Model latihan yang dijalankan sebelumnya yaitu menggunakan model latihan terdahulu dan kurang bervariasi. Berdasarkan observasi peneliti saat proses latihan *small game* mengenai teknik mengoper bola (*passing*) sepakbola pada 25 peserta sepakbola ekstrakurikuler putra SMA Negeri 1 Turen Kabupaten Malang, dari pengamatan dan pemberian tes teknik dasar mengoper bola (*passing*) pada permainan sepakbola diketahui bahwa banyak peserta sering melakukan kesalahan, seperti posisi badan, posisi kaki, perkenaan bola dan ayunan kaki sehingga bola yang dihasilkan masih melenceng dan tidak terarah. Dapat diketahui melalui data hasil observasi awal pada Tabel 2 sebagai berikut:

Tabel 2. Data Hasil Observasi Awal *Passing* Ekstrakurikuler Sepakbola SMA Negeri 1 Turen Kabupaten Malang

No	Teknik	Indikator	Benar		Salah	
			Jumlah	%	Jumlah	%
1	Awalan	a. Berdiri menghadap target.	16	64%	9	36%
		b. Arahkan kaki ke target.				
		c. Bahu dan pinggul lurus dengan target.				
		d. Ayunkan kaki yang akan menendang ke belakang.				
2	Tumpuan kaki	a. Posisi kaki tumpu berada di samping bola.	10	40%	15	60%
		b. Lutut sedikit ditekuk.				
3	Perkenaan bola	a. Perkenaan bola tepat pada bagian tengah bola.	11	44%	14	56%
		b. Penggunaan kaki bagian dalam untuk menendang bola.				
		c. Kaki mengayun ke depan dan tetap lurus.				
4	Pandangan mata	a. Pandangan mata menuju teman yang akan menerima bola.	14	56%	11	44%
		b. Penggunaan kaki bagian dalam untuk menendang bola.				
		c. Kaki mengayun ke depan dan tetap lurus.				
5	Gerakan lanjutan	a. Melanjutkan gerak searah dengan bola.	12	48%	13	52%
		b. Kaki tumpu terangkat dari permukaan lapangan.				
		c. Badan berdiri rileks serta kembali pada sikap awal.				
6	Arah Bola	a. Bola mengarah ke sasaran/teman yang akan menerima bola.	10	40%	15	60%

Berdasarkan observasi tersebut ditemukan permasalahan bahwa program latihan *passing* yang diberikan pelatih kepada peserta ekstrakurikuler sepakbola kurang berhasil. Hal ini dapat dilihat dari indikator tumpuan kaki dan arah bola, dengan diperoleh hasil 15 orang dengan persentase (60%) melakukan kesalahan, sehingga diperlukan adanya perbaikan.

Berdasarkan hasil wawancara dan pengamatan yang diperoleh, diketahui bahwa keterampilan peserta sepakbola ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Turen Kabupaten Malang pada teknik mengoper bola (*passing*) perlu ditingkatkan (diperbaiki) dengan menggunakan metode *drill*. Program latihan *drill* dilakukan dengan menyesuaikan karakteristik peserta sepakbola ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Turen Kabupaten Malang. Penggunaan metode *drill* pada peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Turen Kabupaten Malang untuk keterampilan teknik mengoper bola (*passing*) diantaranya: (1) *drill passing 1* (*drill* gerak dasar *passing* menyilang berpasangan), (2) *drill passing 2* (*drill* gerak dasar *passing* melingkar bergantian), (3) *drill passing 3* (*drill* gerak dasar *passing* berseberangan dengan *wall pass*), (4) *drill passing 4* (*drill* gerak dasar *passing* segitiga bergantian), (5) *drill passing 5* (*drill* gerak dasar *passing* dua sisi dengan *wall pass*), (6) *drill passing 6* (*drill* gerak dasar *passing* segi empat berpasangan), (7) *drill*

passing 7 (*drill* gerak dasar *passing* dua sisi dengan *wall pass* dan *through pass*), (8) *drill passing* 8 (*drill* gerak dasar *passing* voli jarak pendek dengan bergerak mundur). Pada tanggal 1 Oktober 2021–19 Oktober 2021 peneliti melakukan siklus 1, serta pada pelaksanaan siklus 2 dilaksanakan pada tanggal 22 Oktober 2021–9 November 2021.

3.2 Paparan Data

Berikut ini merupakan perubahan peningkatan teknik dasar *passing* pada peserta sepakbola ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Turen Kabupaten Malang.

Tabel 3. Perubahan Peningkatan Teknik Dasar *Passing* Peserta pada Observasi Awal, Siklus 1, dan Siklus 2

Indikator	Observasi awal (%)	Siklus 1 (%)	Siklus 2 (%)	OA-S1 (%)	SI-S2 (%)	OA-S2 (%)
Awalan	62	70	86	8	16	24
Tumpuan Kaki	44	58	86	6	28	42
Perkenaan bola	50	58	84	8	26	34
Pandangan mata	48	66	92	18	26	44
<i>Follow Through</i>	46	72	90	26	18	44
Arah bola	40	66	82	26	16	42
Rata-rata	48,33	65	86,67	16,67	21,67	38,33

Keterangan:

OA-S1 : Peningkatan hasil data observasi awal ke siklus 1

S1-S2 : Peningkatan hasil data siklus 1 ke siklus 2

OA-S2 : Peningkatan hasil data observasi awal ke siklus 2

Ringkasan data hasil penilaian keterampilan teknik dasar mengoper bola (*passing*) dalam permainan sepakbola dapat dilihat pada tabel 4.

Tabel 4. Ringkasan Hasil Penelitian Pertemuan awal, 6, dan 12 pada Siklus 1 dan Siklus 2

Pertemuan	Hasil Siklus	N	Standar Deviasi	Rerata	Persentase (%)
Awal	290	25	7,5	48,33	48,3%
6	390	25	5,9	65	65%
12	520	25	3,7	86,67	86,6%

Berdasarkan hasil tabel 3 tentang ringkasan hasil penelitian siklus 1 dan siklus 2, dengan melakukan 6 pertemuan pada setiap siklusnya, serta setiap pertemuan akhir pada setiap siklus dilakukan tes keterampilan *passing* permainan sepakbola yang bertujuan untuk mengetahui apakah terjadi perbaikan atau tidak. Pada siklus 1 dilaksanakan pada pertemuan ke-6 untuk skor keseluruhan yang diperoleh adalah 390 dengan persentase sebesar 65%. Untuk siklus 2 dilaksanakan pada pertemuan ke-12 dan skor yang diperoleh adalah 520 dengan persentase sebesar 86,6%. Tes keterampilan *passing* yang digunakan yaitu 2 peserta saling berhadapan dan secara bergantian melakukan operan bola dengan jarak setiap peserta 10 meter dan dilakukan dengan 8 kali percobaan.

Tabel 5. Temuan Penelitian Siklus 1 dan Siklus 2

Siklus	Temuan Riset/Refleksi	Analisis Temuan
1	Pada siklus 1, dari total 25 peserta, masih banyak peserta yang belum tuntas. 15 peserta dikatakan tuntas sedangkan 10 peserta masih belum tuntas, sehingga dapat dikatakan bahwa masih banyak peserta yang belum memenuhi kriteria untuk tuntas.	<ul style="list-style-type: none"> • Beberapa peserta kurang memahami metode <i>drill</i> baru yang diberikan. • Karena intensitas latihan yang masih sedang. • Beberapa peserta datang terlambat dan ada juga yang tidak menghadiri latihan
2	Pada siklus 2, keterampilan teknik dasar mengoper bola (<i>passing</i>) peserta sudah meningkat, 21 peserta dari 25 peserta sudah mendapatkan nilai dengan kategori tuntas.	<ul style="list-style-type: none"> • Peserta mulai memahami mengenai metode <i>drill</i> yang diberikan. • Intensitas latihan memasuki tahap tinggi dan peserta sudah mulai menemukan gerakan yang benar. • Latihan dilakukan secara terus menerus oleh peserta dan mulai stabil.

Pelaksanaan siklus 1 dimulai pada tanggal 1 Oktober 2021–19 Oktober 2021. Latihan dilakukan pada hari Selasa dan Jumat pukul 15.30-17.10 WIB di lapangan sepakbola Gunung Kembar di Jalan Stadion Barat no. 47 Kecamatan Turen Kabupaten Malang. Dari hasil observasi pada siklus 1 yang dilakukan selama dua minggu dengan 6 kali pertemuan diketahui hasil sebagai berikut:

Tabel 6. Data Hasil Ketuntasan Pada Keterampilan *Passing* Permainan Sepakbola Siklus 1 Minggu 2 (n=25) Tes Keterampilan Passing

	Tuntas	Belum Tuntas
Jumlah Peserta	15	10
Jumlah Maksimal	25	25
Persentase	60%	40%

Berdasarkan tabel 6 di atas untuk aspek ketuntasan peserta dalam melakukan tes keterampilan *passing* sepakbola masih kurang, dari total 25 peserta hanya 15 peserta dengan persentase (60%) dikatakan tuntas dengan memperoleh skor diatas standar ketuntasan. Untuk 10 peserta dengan persentase (40%) dikatakan belum tuntas dengan memperoleh skor di bawah standar ketuntasan. Berdasarkan data hasil tes siklus 1 dapat diketahui bahwa teknik dasar mengoper bola (*passing*) peserta sepakbola ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Turen Kabupaten Malang mengalami peningkatan. Hal tersebut dapat ditunjukkan dari hasil persentase yang dimulai dari pertemuan 1-6 dengan persentase pada ketuntasan tes mengoper bola (*passing*) sebesar 60%. Meskipun sudah mengalami peningkatan namun ada beberapa peserta yang masih belum tuntas. Untuk itu perlunya mengadakan tindak lanjut pada siklus 2.

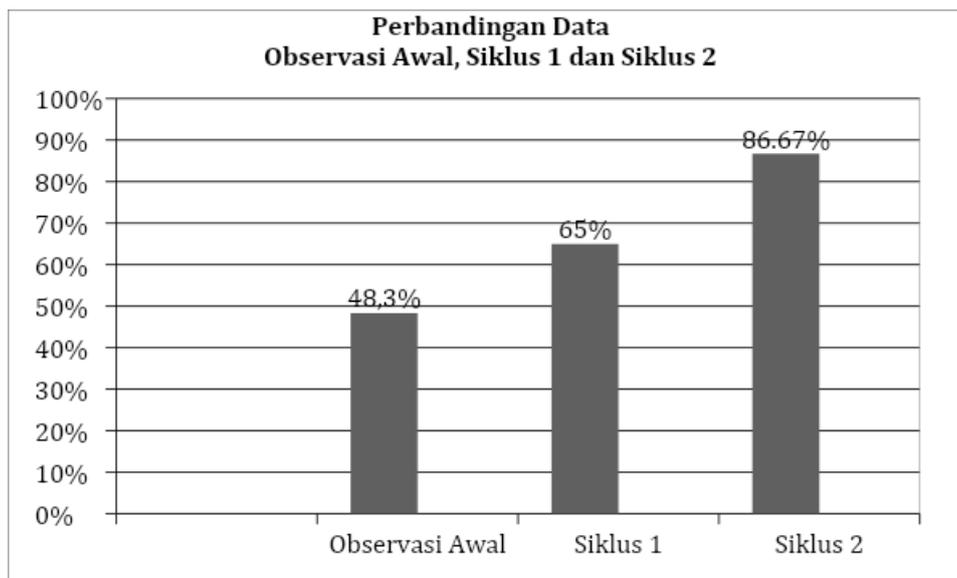
Pelaksanaan siklus 2 dimulai tanggal 22 Oktober 2021–9 November 2021. Latihan dilakukan pada hari Selasa dan Jumat pukul 15.30-17.10 WIB di lapangan sepakbola Gunung Kembar di Jalan Stadion Barat no. 47 Kecamatan Turen Kabupaten Malang. Dari hasil observasi

pada siklus 2 yang dilakukan selama 2 pekan dengan 6 kali pertemuan dengan hasil yang diperoleh sebagai berikut:

Tabel 7. Data Hasil Ketuntasan Pada Keterampilan *Passing* Permainan Sepakbola Siklus 2 Minggu 2 (n=25) Tes Keterampilan Passing

	Tuntas	Belum Tuntas
Jumlah Peserta	21	4
Jumlah Maksimal	25	25
Persentase	84%	16%

Berdasarkan hasil tabel 7 untuk aspek ketuntasan melakukan tes keterampilan mengoper bola (*passing*) pada peserta ekstrakurikuler sepakbola dinyatakan bahwa 21 peserta dikatakan tuntas dengan persentase (84%) dengan memperoleh skor diatas standar ketuntasan. Tingkat keberhasilan peserta sepakbola ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Turen Kabupaten Malang pada keterampilan *passing* yang diperoleh melalui tindakan pada siklus 2 yang dilakukan selama 2 pekan sebanyak 6 kali pertemuan, maka disimpulkan bahwa tujuan penelitian telah tercapai sehingga tidak perlu melakukan tindakan pada siklus berikutnya.



Gambar 1. Perbandingan Data Observasi Awal, Siklus 1 dan Siklus 2

Berdasarkan hasil perbandingan data observasi awal, siklus 1 dan siklus 2 pada Gambar 1, dapat diketahui persentase ketuntasan pada setiap siklus yang artinya peserta sudah mengalami perubahan atau peningkatan yang signifikan. Peningkatan nilai rata-rata peserta dilihat pada observasi awal sebesar 48,3% dan kemudian pada siklus 1 sebesar 65% lalu pada siklus 2 meningkat menjadi 86,67%. Peningkatan persentase ketuntasan mulai observasi awal, siklus 1 sampai siklus 2 disebabkan pada pelaksanaan program latihan menggunakan metode *drill* mayoritas peserta sudah melakukannya dengan sangat baik adapun peningkatan keterampilan peserta dialami pada setiap pertemuannya.

3.3 Pembahasan

Pada pembahasan ini akan dijabarkan setiap temuan yang ditemukan dari siklus 1 hingga siklus 2, setiap siklus terdapat 6 kali pertemuan. Penelitian tersebut dilakukan dalam

beberapa tahap diantaranya yaitu: tahap perencanaan, tahap pelaksanaan, tahap pengamatan, serta tahap refleksi. Program latihan yang diberikan pada peserta putra sepakbola ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Turen Kabupaten Malang dilakukan dengan menggunakan metode *drill*. Digunakannya metode drill bertujuan untuk meningkatkan keterampilan peserta pada teknik mengoper bola (*passing*) dalam permainan sepakbola. Penggunaan metode *drill* dapat meningkatkan ketepatan dan kecepatan selama pelaksanaan (Sagala, 2014). Metode *drill* secara umum digunakan untuk mendapatkan ketangkasan atau keterampilan dari sesuatu yang diinginkan, oleh karena itu metode *drill* dianggap lebih efisien sebab dilakukan secara berulang dan terus-menerus hingga membentuk gerakan yang kompleks (Sudjana, 2014).

Pada siklus 1, peneliti memberikan program latihan yang telah dirancang sebelumnya. Terdapat 15 peserta atau sebanyak (60%) mengalami peningkatan atau dapat dikatakan tuntas, sedangkan sebanyak 10 peserta (40%) dinyatakan belum tuntas. Mengoper bola (*passing*) adalah keterampilan penting yang sangat perlu dikuasai oleh pemain sepakbola di lapangan. Melakukan gerakan mengoper bola secara tepat sasaran akan menghubungkan antar pemain pada semua bagian di lapangan serta memungkinkan untuk membentuk serangan dan mencetak *gol* (Gifford, 2007). Pada siklus 1 ini terdapat beberapa catatan lapangan yang didapatkan diantaranya adalah peserta awalnya sangat semangat dan antusias dalam mengikuti proses latihan dan berusaha melakukan variasi latihan yang diberikan dengan baik, akan tetapi terdapat kendala yang terjadi pada siklus 1 ini yaitu peserta kurang disiplin sehingga datang terlambat dan ada juga sebagian peserta tidak hadir tanpa keterangan. Semua atlet harus memiliki sikap disiplin terutama pada saat latihan, dimaksudkan supaya mampu mencapai prestasi yang maksimal (Sin, 2014). Selain itu terdapat kendala yaitu peserta belum sepenuhnya mengerti dan memahami program baru metode *drill* yang diberikan, sehingga masih diperlukan proses untuk beradaptasi, dan intensitas latihan masih cukup sedang. Berdasarkan refleksi siklus 1, maka akan diadakan perbaikan pada siklus 2 untuk memperoleh hasil yang diharapkan.

Pada pelaksanaan siklus 2 peneliti kembali memberikan program latihan yang telah dirancang untuk 6 kali pertemuan. Dari hasil tes pada siklus 2 diperoleh data 21 peserta dengan persentase (84%) dapat memenuhi kriteria tuntas dan 4 peserta atau (16%) peserta belum memenuhi kriteria untuk tuntas. Dapat diketahui adanya peningkatan yang signifikan dari siklus sebelumnya, yaitu dari 15 peserta menjadi 21 peserta yang memenuhi kriteria tuntas. Hal ini didasarkan dari jumlah pertemuan yang sudah banyak dan juga beban latihan yang semakin lama semakin bertambah. Intensitas latihan juga semakin hari semakin meningkat agar mengalami peningkatan kemampuan setiap minggunya (Palar, 2015). Catatan lapangan pada siklus 2 ditemukan beberapa kesimpulan yaitu peserta sangat antusias mengikuti kegiatan latihan, peserta berusaha melakukan variasi yang diberikan dengan baik, dan program latihan yang diberikan peneliti dan pelatih sudah dipahami dan dijalankan dengan baik oleh peserta. Metode *drill* juga sangat efektif dalam meningkatkan kemampuan penguasaan dan pengendalian daripada metode yang lainnya (Umar, 2021). Berdasarkan refleksi siklus 2, dapat diketahui bahwa peserta dalam melakukan gerakan mengoper bola (*passing*) dikategorikan sangat baik oleh sebab itu peneliti tidak perlu melanjutkan pada siklus berikutnya.

Berdasarkan dari hasil penelitian yang sudah dilaksanakan, disimpulkan bahwa metode *drill* mampu digunakan untuk meningkatkan keterampilan pemain sepakbola dalam teknik dasar mengoper bola (*passing*). Hal tersebut dapat dilihat pada tabel 1 mengenai kriteria ketuntasan, pada tabel 1 dijelaskan bahwa jika melebihi nilai 66% maka termasuk kategori baik sehingga dapat digunakan. Sedangkan hasil yang diperoleh pada penelitian ini adalah 84%, hasil tersebut bisa dikatakan dalam kategori sangat baik. Berdasarkan hasil yang diperoleh, diketahui bahwa penggunaan metode *drill* bervariasi berhasil mampu meningkatkan keterampilan peserta sepakbola ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Turen Kabupaten Malang pada teknik mengoper bola (*passing*).

4. Simpulan

Berdasarkan dari data penelitian yang diperoleh pada siklus 1 sampai siklus 2 diketahui bahwa penggunaan metode *drill* mampu meningkatkan serta memperbaiki keterampilan peserta sepakbola ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Turen Kabupaten Malang pada teknik mengoper bola (*passing*), sehingga penelitian tindakan yang dilakukan pada peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Turen Kabupaten Malang sudah dapat dihentikan pada siklus 2 pertemuan kedua belas dengan hasil persentase sebesar 84% dengan kategori sangat baik. Demikian itu penggunaan metode *drill* mampu meningkatkan keterampilan peserta ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Turen Kabupaten Malang pada teknik mengoper bola (*passing*).

Daftar Rujukan

- Amiq Fahrial. (2016). Sepakbola (Sejarah Perkembangan, Teknik Dasar, Persiapan Kondisi Fisik, Peraturan permainan, dan Strategi Bermain). . Universitas Negeri Malang.
- Budiwanto, S. (2011). Metodologi Kepelatihan Olahraga. FIK UM.
- Esposito, G., & Raiola, G. (2020). Monitoring the performance and technique consolidation in youth football players. *TRENDS in Sport Sciences - Penelusuran Google*. *TRENDS in Sport Sciences*. <https://doi.org/10.23829/TSS.2020.27.2-6>
- Gifford, C. (2007). Keterampilan Sepak Bola. PT. Citra Aji Persada.
- Luxbacher, J. A. (2012). Sepakbola Edisi Kedua. PT. Raja Grafindo Persada.
- Muhtar, T. (2011). Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga Dalam Peningkatan Gerak dasar (Motor Ability Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 11(2).
- Palar, C. M. , W. D. , & T. S. H. R. (2015). Manfaat Latihan Olahraga Aerobik Terhadap Kebugaran Fisik Manusia. *EBiomedik*, 3(1)(Article 1).
- Ridwan, A. & J. (2020). The Effect of Running Practice Method on Football Shooting Skills of Sport Science Students.
- Sagala, S. (2014). Konsep dan Makna Pembelajaran. Alfabeta.
- Salim. (2008). Buku Pintar Sepak Bola. Nuansa.
- Sin, T. H. (2014). Tingkat Percaya Diri Atlet Sepak Bola dalam Menghadapi Pertandingan. *Jurnal Fokus Konseling*, 3 (2)(Article 2).
- Sudjana, N. (2014). Dasar-dasar Proses Belajar Mengajar. Sinar Baru Algensindo.
- Suharsimi, A. (2013). Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. PT. Asdi Mahasatya.
- Umar, A. , K. D. A. , & H. S. (2021). Different Effect Of Tactical And Drill Training Methods On Improving Controlling Ability In Football On Boy Athlets Aged 14-16 Years Old Club Junior Soccer Academy Sukoharjo 2021. 1 (2)(article 2).