

Peningkatan Kemampuan *Passing_Stopping* dengan Menggunakan Metode *Drill 3* Variasi pada Ekstrakurikuler Futsal SMAN 01 Singosari Kab. Malang

Vicky Putri Rahmawati^{1*}, Dona Sandy Yudasmara^{2*}, Gema Fitriady^{3*}, Rama Kurniawan^{4*}

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

*Penulis korespondensi: dona.sandy.fik@um.ac.id

Received: 14 April 2025; Accepted: 23 Agustus 2025; Published online: 15 September 2025

Abstract

This research was based on the low level of passing_stopping skills of futsal extracurricular students at SMAN 01 Singosari, Malang Regency. To improve students' passing and control abilities, researchers used training methods in the exercises provided. This research aims to determine the effectiveness of the drill method in improving the passing_stopping ability of futsal extracurricular students at SMAN 01 Singosari. The research method used is sports action research (PTO) which is divided into 2 cycles. There are 9 meetings held in each cycle and each meeting consists of planning, implementation, observation, and reflection stages. This research involved 20 students. The research results showed that there was an increase in the first cycle, which was initially 61.22% to 74.3% and an increase also occurred in the second cycle, namely 91.1%. This shows that after carrying out PTO using the drill method, the passing_stopping skills of futsal extracurricular students at SMAN 01 Singosari have increased and are in the very good category. The benchmark for the end of this study is determined based on the achievement of success indicators, namely if at least 85% of students achieve the completion criteria with passing and control scores in the good category (at least 75%) in cycle 2 meeting 9 on April 5, 2024 with a percentage of 91.1%. In addition, the study was also stopped if two cycles had been carried out and the evaluation results showed a significant and stable increase in students' passing and control skills.

Keywords: *futsal; drill method; passing_stopping technique*

Abstrak

Penelitian ini dilatar belakangi oleh rendahnya keterampilan *passing* dan *control* yang dimiliki oleh peserta didik ekstrakurikuler futsal di SMAN 01 Singosari, Kabupaten Malang. Dalam upaya meningkatkan kemampuan *passing* dan *control* peserta didik, peneliti menggunakan metode *drill* dalam latihan yang diberikan. Tujuan dari dilakukannya penelitian ini yaitu untuk mengetahui efektivitas dari metode *drill* dalam meningkatkan kemampuan *passing* dan *control* peserta didik ekstrakurikuler futsal SMAN 01 Singosari. Metode penelitian yang digunakan yaitu penelitian tindakan olahraga (PTO) yang terbagi ke dalam 2 siklus. Terdapat 9 pertemuan yang dilakukan dalam tiap siklusnya dimana pada tiap pertemuan terdiri dari tahap perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, dan refleksi. Penelitian ini melibatkan 20 peserta didik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pada siklus pertama, yang awalnya 61,22% menjadi 74,3% dan peningkatan juga terjadi pada siklus kedua, yaitu sebesar 91,1%. Hal tersebut menunjukkan bahwa setelah dilakukannya PTO dengan metode *drill*, keterampilan *passing* dan *control* peserta didik ekstrakurikuler futsal SMAN 01 Singosari mengalami peningkatan dan berada pada kategori baik sekali. Patokan berakhirnya penelitian ini ditentukan berdasarkan tercapainya indikator keberhasilan, yaitu apabila minimal 85% dari peserta didik mencapai kriteria ketuntasan dengan nilai *passing* dan *control* dalam kategori baik (minimal 75%) pada siklus 2 pertemuan 9 pada tanggal 5 April 2024 dengan presentase 91,1%. Selain itu, penelitian juga dihentikan apabila telah dilaksanakan dua siklus dan hasil evaluasi menunjukkan peningkatan signifikan serta stabil pada keterampilan *passing* dan *control* peserta didik.

Kata kunci: *futsal; metode drill; teknik passing_stopping*

1. Pendahuluan

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan tambahan yang dirancang bagi siswa untuk mengembangkan bakat dan kreativitasnya dalam bidang minat tertentu (Richki *et al.*, 2024; Saputro *et al.*, 2017). Dewasa ini pengembangan kegiatan ekstrakurikuler merupakan bagian penting dari pengembangan diri dalam suatu lembaga pendidikan. Di luar sana terdapat banyak SMA yang dikenal masyarakat melalui prestasi non akademik maupun salah satu prestasi ekstrakurikuler (Adyanto *et al.*, 2018). Kegiatan ekstrakurikuler ini mempunyai tujuan untuk pengembangan bakat dan minat siswa yang diminati, seperti minat dan bakat di bidang olahraga, seni, keterampilan, kepramukaan, dan lain sebagainya. Untuk mewujudkan kegiatan ekstrakurikuler yang baik diperlukan suatu manajemen yang mengatur seluruh proses kegiatan ekstrakurikuler. Begitu pula di SMAN 01 Singosari.

Kegiatan ekstrakurikuler dibentuk dengan tujuan untuk mewedahi, menyalurkan, mengembangkan maupun mengaktualisasikan bakat dan minat siswa. Futsal merupakan salah satu kegiatan ekstrakurikuler di SMAN 01 Singosari yang menarik minat siswa. Hal ini terlihat dari jumlah siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler klub Futsal dengan total 20 siswa. Dalam satu minggu diadakan dua kali latihan yaitu pada hari Selasa dan Jumat. Setiap latihan dilakukan selama kurang lebih 1 jam, latihan dimulai pukul 16.00 WIB sampai dengan pukul 17.00 WIB.

Futsal telah menjadi kegiatan ekstrakurikuler yang populer bagi anak laki-laki di SMAN 01 Singosari sejak awal tahun 2000-an. Sekolah telah aktif mendukung dan mempromosikan pengembangan olahraga. Pada tanggal 2 Maret 2023, Tim Futsal SMA Negeri 01 Singosari Malang berhadapan dengan Tim Futsal SMA Darul Ulum Malang pada pertandingan final turnamen dan keluar sebagai pemenang pada pertandingan final. Kesuksesan Tim Futsal SMAN 01 Singosari pada Turnamen Futsal 2023 se-Malang Raya dan Ganjar Pranowo Cup dengan juara 3 menjadi inspirasi dan motivasi bagi tim-tim selanjutnya untuk melanjutkan warisan keunggulan futsal di SMAN 01 Singosari dan bukti dampak positif olahraga bagi kehidupan generasi muda dan pentingnya mendukung kegiatan ekstrakurikuler di sekolah.

Dalam observasi pra-penelitian yang dilakukan pada Selasa 26 September 2023, keterampilan siswa dalam melakukan *passing* dan *control* permainan futsal pada ekstrakurikuler diobservasi oleh peneliti pada 20 siswa yang mengikuti ekstrakurikuler futsal di SMAN 01 Singosari, masih terdapat beberapa siswa yang belum mampu melakukannya dengan baik. Menurut wawancara yang dilakukan kepada pembina ekstrakurikuler futsal pada SMAN 01 Singosari, menyatakan bahwa murid-murid yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler futsal di SMAN 01 Singosari belum sepenuhnya menguasai teknik-teknik futsal yang esensial, terutama pada teknik *passing* dan *control*. Kurangnya keterampilan teknis dasar di antara para peserta disebabkan oleh sarana dan prasarana yang tidak memadai. Faktor-faktor ini menghambat kemampuan siswa untuk mengembangkan keterampilan mereka secara maksimal. Pada observasi awal keterampilan *passing* dan *control* diperoleh hasil dinyatakan bahwa hanya terdapat 4 peserta didik (20%) yang dapat melakukan teknik *passing* dan *control* dengan akurat, 16 peserta didik lainnya dengan persentase 80% masih belum dapat melakukan teknik *passing* dan *control* dengan akurat. Untuk teknik *dribbling* dan juga *shooting* persentase keberhasilan yang diperoleh lebih tinggi daripada persentase kurang tepat yaitu keberhasilan sebesar 70% (14 peserta didik) untuk teknik *dribbling* dan persentase keberhasilan sebesar 60% (12 peserta didik) untuk teknik *shooting*. Berdasarkan hasil observasi awal dapat diketahui bahwa peserta didik memiliki kelemahan dalam melakukan teknik dasar *passing* dan *control*.

Masih banyak dari peserta didik yang merasa kesulitan dalam melakukan *passing* dan *control* dengan akurat. Menurut mereka yang penting bola diberikan ke teman mereka tanpa memperhatikan teknik yang benar. Hal ini menyebabkan lambatnya perkembangan

kemampuan peserta didik dalam mempelajari teknik *passing* dan *control* yang baik dan benar. Untuk meningkatkan kemampuan peserta didik dalam melakukan teknik *passing* dan *control*, maka mereka harus melakukan latihan secara berulang yang dapat dilakukan dengan menggunakan metode *drill*. Hal ini dilakukan guna peningkatan kemampuan peserta didik dalam melakukan teknik *passing* dan *control*.

Peningkatan kemampuan *passing* dan *control* dengan menggunakan metode *drill* sudah terbukti keberhasilannya. Hal ini ditunjukkan pada penelitian yang dilakukan oleh Husyaeri *et al.* (2022) yang menyebutkan bahwa program latihan berupa variasi latihan dengan metode *drill* terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan *passing* dan *control* peserta didik. Pernyataan ini juga didukung oleh penelitian sebelumnya yang menyebutkan bahwa metode *drill* dapat memberikan tekanan fisik pada siswa sehingga menghasilkan perubahan sistem tubuh (proses adaptasi) dan menjadikan keterampilan teknik dasar *passing* dan *control* meningkat (Nawawi *et al.*, 2018).

Jika dibandingkan pada penelitian (Hutomo *et al.*, 2019) yang memiliki hasil rata-rata 61,22 yang menunjukkan bahwa rata-rata nilai keterampilan teknik dasar permainan futsal di SMAN 01 Singosari masih rendah. Disamping itu, dari 20 siswa hanya terdapat 3 siswa yang memiliki nilai rata-rata diatas 80 atau hanya sebanyak 20% yang mempunyai nilai yang baik. Maka perlu dilakukan peningkatan pada teknik dasar permainan futsal khususnya pada keterampilan *passing* dan *control* dengan beberapa metode yang telah dilakukan sebelumnya. Hutomo *et al.* (2019) menggunakan latihan untuk mengkomunikasikan teknik dasar futsal kepada remaja yang hobi bermain futsal. Maka, dalam penelitian ini akan berkaca menggunakan desain dimana terdapat kenaikan rata-rata dari 62,40 menjadi 86,33 setelah perlakuan pada kelompok eksperimen (Hutomo *et al.*, 2019).

Penelitian yang dilakukan bertujuan untuk mengatasi masalah tersebut dengan mengidentifikasi strategi dan intervensi yang dapat meningkatkan keterampilan *passing* dan *control* siswa dalam permainan bola, khususnya futsal. Dengan dilakukannya penelitian ini, tujuannya adalah untuk memberikan wawasan dan rekomendasi yang berharga untuk meningkatkan program ekstrakurikuler futsal dan menciptakan lingkungan yang kondusif bagi siswa untuk mengembangkan keterampilan mereka secara efektif dengan latihan penerapan peningkatan keterampilan futsal.

2. Metode

Metode yang digunakan pada penelitian ini yaitu Penelitian Tindakan Olahraga (PTO). Peneliti menggunakan metode *drill passing* dan *control* guna meningkatkan kemampuan *passing* dan *control* peserta ekstrakurikuler futsal putra di SMAN 01 Singosari. PTO merupakan serangkaian kegiatan penelitian yang dilakukan dengan tujuan untuk mengamati kegiatan responden dengan memberi suatu latihan yang dilakukan oleh pelatih untuk meningkatkan kemampuan responden (Jariono *et al.*, 2020; Kemmis *et al.*, 1988), dimana responden dalam penelitian ini yakni peserta ekstrakurikuler futsal SMAN 01 Singosari. Penulis memiliki peran sebagai perancang model latihan yang dilakukan bersama dengan pelatih ekstrakurikuler futsal SMAN 01 Singosari dan sebagai pengamat selama proses latihan berlangsung.

Pada penelitian ini terdapat 20 peserta yang merupakan anggota ekstrakurikuler futsal SMAN 01 Singosari. Penelitian terdiri atas 2 siklus yang pada tiap siklusnya terdiri dari kegiatan perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, dan refleksi. Analisis data hasil penelitian dilakukan dengan menggunakan metode kualitatif dan kuantitatif. Untuk analisis data kualitatif yang dilakukan oleh peneliti yaitu dengan cara menggunakan catatan hasil wawancara dengan pelatih dan catatan refleksi dari pelatih ekstrakurikuler futsal. Sedangkan analisis data kuantitatif digunakan untuk uji data statistik deskriptif guna menjelaskan sifat sampel atau

populasi menggunakan persentase (Budiwanto, 2012). Menurut Sudijono (2016) rumus persentase yang digunakan adalah:

$$P = \frac{f}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P = Persentase yang dicari

f = Frekuensi

N = Jumlah responden

Berdasarkan perhitungan di atas, pastinya akan diperoleh hasil dari tiap individu. Sebagai acuan keberhasilan tindakan, maka dapat dilihat dari tabel berikut ini (Arikunto & Jabar, 2014):

Persentase keberhasilan tindakan

Persentase Keberhasilan Tindakan dibagi ke dalam lima kategori berdasarkan taraf keberhasilannya, masing-masing dengan makna sebagai berikut:

Tabel 1. Persentase keberhasilan tindakan

Persentase Keberhasilan Tindakan	Taraf keberhasilan
80-100 %	Baik Sekali
66-79 %	Baik
56-65 %	Cukup
40-55 %	Kurang Baik
<40 %	Kurang Sekali

3. Hasil dan Pembahasan

A. Hasil

1. Siklus 1

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan oleh peneliti pada 20 peserta ekstrakurikuler futsal SMAN 01 Singosari mengenai kemampuan dalam melakukan *passing* dan *control* dapat disimpulkan bahwa kemampuan *passing* dan *control* mereka masih rendah, dengan hasil rata-rata 61.22%. Di samping itu, dari 20 siswa hanya terdapat 3 siswa yang memiliki nilai rata-rata diatas 80 atau hanya sebanyak 20% yang memiliki nilai yang baik. Setelah dilakukan diskusi dengan pelatih ekstrakurikuler futsal di SMAN 01 Singosari. Hal tersebut melatarbelakangi perencanaan program latihan yang disusun oleh pelatih ekstrakurikuler dan peneliti. Peneliti melakukan kegiatan pembelajaran/latihan dalam 9 kali pertemuan pada siklus 1, dimana pada tiap pertemuan dilakukan latihan kurang lebih selama 90 menit, yaitu pada waktu dilaksanakannya ekstrakurikuler futsal di SMAN 01 Singosari supaya peserta didik dapat meluangkan waktu untuk turut serta dalam kegiatan ini. Kegiatan pada siklus 1 mulai dilakukan pada tanggal 26 Januari 2024 sampai dengan 23 Februari 2024 dan diikuti oleh 20 peserta ekstrakurikuler futsal SMAN 01 Singosari sebagai sampel dalam penelitian.

Dalam siklus 1, peneliti menyusun 3 model latihan yang tiap modelnya akan dilaksanakan sebanyak tiga kali pertemuan. Peneliti akan mengembangkan model yang mengacu pada bagaimana atlet dapat melakukan pola latihan *passing* dan *receiving the ball* pada permainan futsal. Model latihan ini akan didasarkan pada model latihan yang ditemukan dalam buku yang ditulis oleh Andri Irawan yang berjudul Teknik Dasar Modern Futsal (Irawan, 2009).

Ketiga model tersebut dirancang dengan tujuan untuk melatih *awareness*, *quality of pass*, *impact*, dan *accuracy* yang dimiliki oleh peserta didik. Yang membedakan hanyalah pola *passing* dan *control* yang dirancang dengan tujuan guna melatih kepekaan dan keterampilan peserta didik untuk melakukan *passing* dan *control* dengan segala posisi di lapangan. Selain itu, latihan juga dilakukan dengan menggunakan teknik *drill* yang berarti gerakan dalam model latihan tersebut akan dilakukan secara berulang dalam kurun waktu tertentu dimana pada latihan ini yaitu sesuai dengan jadwal ekstrakurikuler futsal berlangsung. Berikut merupakan rekapitulasi hasil yang didapatkan selama siklus 1 berlangsung:

Tabel 2. Data persentase ketuntasan peserta didik ekstrakurikuler futsal SMAN 01 Singosari pada Siklus 1

1. Pertemuan		2. Persentase Ketuntasan							
3. Persiapan	4. Pelaksanaan	5. Gerakan Akhir	6. Total						
7. 1	8. 45%	9. 56.6%	10. 65%	11. 52.8%					
12. 2	13. 38,3%	14. 60%	15. 90%	16. 55%					
17. 3	18. 40%	19. 66.6%	20. 95%	21. 59.3%					
22. 4	23. 36.7%	24. 63.3%	25. 90%	26. 55.7%					
27. 5	28. 41.7%	29. 71.7%	30. 95%	31. 62.9%					
32. 6	33. 53.3%	34. 75%	35. 100%	36. 69.3%					
37. 7	38. 56.7%	39. 55%	40. 85%	41. 60.7%					
42. 8	43. 51.7%	44. 78.3%	45. 95%	46. 69.3%					
47. 9	48. 63.3%	49. 85%	50. 75%	51. 74.3%					

Tabel di atas merupakan rekapitulasi dari pelaksanaan kegiatan latihan. Pada tabel tersebut dapat dilihat bahwa terdapat peningkatan pada tiap pertemuannya, hanya terdapat 2 kali pertemuan yang mengalami penurunan nilai ketuntasan. Hal ini diakibatkan oleh terdapatnya beberapa peserta didik yang tidak menghadiri kegiatan latihan tersebut. Selain itu, pada tabel di atas juga dapat dilihat bahwa persentase ketuntasan siklus 1 pertemuan 1 sebesar 52.8%, persentase ketuntasan ini bahkan lebih rendah daripada hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti pada 20 peserta ekstrakurikuler futsal.

Rendahnya persentase ketuntasan diakibatkan oleh masih terdapat beberapa siswa yang belum terbiasa dengan model latihan yang digunakan yang menyebabkan mereka kurang optimal dalam mengaplikasikan teknik yang telah diperagakan sebelumnya. Kendala tersebut terjadi pada ketiga model latihan yang dirancang oleh peneliti. Setelah dilakukan pelatihan selama 9 kali pertemuan, dapat dilihat bahwa kemampuan teknik *passing* dan *control* dari sampel mengalami peningkatan, dari yang semula 52.8% menjadi 74.3%. Dengan hasil tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa peningkatan yang diinginkan masih belum maksimal karena peneliti dan juga pelatih ekstrakurikuler futsal SMAN 01 Singosari menetapkan hasil target latihan berada pada kategori baik sekali. Pelatih ekstrakurikuler beranggapan bahwa para peserta didik mampu untuk lebih meningkatkan keterampilan mereka mengingat beberapa prestasi yang telah mereka peroleh sebelumnya, sehingga

pelatih tidak ingin membuang kesempatan untuk meningkatkan keterampilan para peserta didik supaya dapat menjadi lebih baik lagi.

Berdasarkan temuan pada siklus 1 teknik akurasi *passing* dan *control* pada peserta didik ekstrakurikuler futsal SMAN 01 Singosari, dapat dilihat bahwa terdapat peningkatan kemampuan peserta didik yang dapat dinilai berdasarkan persentase ketuntasan. Namun, peningkatan kemampuan tersebut masih belum maksimal dan masih tergolong dalam kriteria baik. Terdapat beberapa hal yang harus diperhatikan oleh peserta didik dalam melakukan teknik *passing* dan *control*. Kurangnya keterampilan peserta didik seperti melakukan gerakan posisi kaki yang salah (di mana kaki terkuat digunakan untuk menendang dari belakang dan kaki yang lemah ditempatkan di depan) adalah contoh kesalahan yang sering terjadi. Ditemukan juga bahwa peserta didik masih belum bisa fokus ketika melakukan teknik futsal tersebut.

Setelah dilakukan tes pada siklus 1, maka diperoleh kesimpulan bahwa terdapat peningkatan teknik *passing* dan *control* namun peningkatan kemampuan tersebut masih belum maksimal. Karena pelatih dan peneliti merasa bahwa kemampuan dari peserta didik dapat lebih dioptimalkan lagi, maka peneliti memutuskan untuk melanjutkan kegiatan penelitian ke siklus 2.

2. Siklus 2

Penelitian pada siklus 2 dilaksanakan pada tanggal 27 Februari sampai dengan 5 April 2024 dengan sampel yang sama dan jumlah pertemuan yang sama dengan siklus 1, yaitu 20 sampel dan 9 pertemuan yang juga dilaksanakan pada jadwal kegiatan ekstrakurikuler futsal di SMAN 01 Singosari. Pelatih ekstrakurikuler futsal SMAN 01 Singosari dan peneliti memutuskan untuk melakukan pembelajaran atau kegiatan latihan dengan menggunakan model latihan yang sama dengan siklus 1. Hal ini dilakukan dengan tujuan untuk membiasakan dan mengoptimalkan peserta didik melakukan teknik *passing* dan *control* seperti yang ada dalam model pembelajaran yang ada supaya keterampilan peserta didik dapat mengalami peningkatan. Pelaksanaan kegiatan latihan pada siklus 2 berjalan dengan lebih baik daripada siklus 1, hal tersebut dapat dilihat dari persentase ketuntasan peserta didik. Berikut merupakan rekapitulasi hasil yang didapatkan selama siklus 2 berlangsung:

Tabel 3. Data persentase ketuntasan peserta didik ekstrakurikuler futsal SMAN 01 Singosari pada Siklus 2

Pertemuan	Persentase Ketuntasan			
	Persiapan	Pelaksanaan	Gerakan Akhir	Total
1	60%	78.3%	95%	72.9%
2	71.7%	86.7%	85%	80%
3	76.7%	88.3%	85%	82.9%
4	83.3%	86.7%	80%	84.3%
5	85%	88.3%	75%	85%
6	76.7%	81.7%	80%	79.3%
7	90%	86.7%	100%	90%
8	85%	83.3%	95%	85.7%
9	91.7%	90%	100%	91.1%

Pada tabel 3, dapat dilihat bahwa terdapat penurunan persentase ketuntasan yang diakibatkan oleh beberapa peserta ekstrakurikuler yang tidak mengikuti pertemuan 1 siklus 2 sehingga menyebabkan persentase turun dari yang sebelumnya 74.3% menjadi 72.9%. Selain itu, pada siklus kali ini dapat dilihat bahwa peserta didik sudah mulai terbiasa dalam melakukan model latihan yang diberikan. Peserta yang awalnya terlihat kesusahan untuk

melakukan teknik *passing* dan *control* sesuai dengan model latihan (baik dari segi pola gerakan/perpindahan posisi maupun teknik keterampilan), pada siklus 2 dapat melakukan kegiatan secara optimal. Hal tersebut dapat dilihat dari ketika latihan diselesaikan secara tuntas hingga pertemuan ke 9 siklus 2, diketahui bahwa persentase ketuntasan kemampuan peserta ekstrakurikuler futsal di SMAN 01 Singosari sebesar 91.1%. Itu berarti kemampuan sampel dalam melakukan teknik *passing* dan *control* mengalami peningkatan dengan taraf keberhasilan baik sekali (80-100%).

Setelah dilakukan tes pada siklus 2, dapat dilihat bahwa kemampuan peserta didik ekstrakurikuler futsal SMAN 01 Singosari mengalami peningkatan yang memuaskan. Bila hasil siklus 1 menunjukkan hasil baik, maka pada siklus 2 ini hasil yang diperoleh yakni sangat baik. Dengan didapatkannya persentase ketuntasan yang berada dalam kategori sangat baik pada siklus 2, maka penelitian tidak perlu dilanjutkan ke siklus 3 karena hasil yang didapatkan sudah sesuai dengan target yang diinginkan. Di antara faktor-faktor yang berkontribusi pada keberhasilan penerapan metode *drill* dalam penelitian ini adalah semangat berlatih peserta didik yang tinggi, peserta didik sudah dapat menerapkan teknik akurasi *passing* dan *control* tanpa kebingungan, dan suasana latihan yang baik dan menyenangkan.

B. Pembahasan

Temuan Siklus 1

Siklus 1 dilaksanakan pada tanggal 26 Januari 2024 sampai dengan 23 Februari 2024 dan diikuti oleh 20 peserta ekstrakurikuler futsal SMAN 01 Singosari. Seperti yang telah disebutkan di bagian hasil, pada bagian pelaksanaan di siklus 1 diketahui bahwa peserta didik melakukan gerakan yang salah dalam melakukan *passing* dan *control* karena mereka belum terbiasa dalam melakukan teknik tersebut. Kesalahan gerakan yang sering ditemukan oleh peneliti pada siklus 1 yaitu peserta didik memosisikan kaki terkuat digunakan untuk menendang dari belakang dan kaki yang lemah ditempatkan di depan. Seperti yang tertulis pada penelitian oleh Ardiyanto *et al.* (2021) yang menyatakan bahwa lemahnya *power* yang dikerahkan dapat berpengaruh terhadap kualitas *passing* yang dilakukan. Hal tersebut dapat terjadi karena peserta didik belum menguasai teknik dasar yang baik dalam melakukan *passing* dan juga *control*.

Selain itu, pada siklus 1 peserta didik dirasa belum dapat fokus ketika melakukan teknik futsal tersebut. Hal tersebut dapat terjadi karena peserta didik masih sering bergurau dengan sesama ketika peneliti maupun pelatih memberikan arahan dalam kegiatan ini. Padahal, fokus dari peserta didik memiliki peran penting terhadap peningkatan keterampilan mereka dalam melakukan teknik *passing* dan *control* maupun teknik lainnya. Informan dalam penelitian yang dilakukan oleh Nilamsari & Perdana (2019) menyebutkan bahwa fokus yang dimiliki ketika melakukan latihan keterampilan gerakan futsal dapat berpengaruh terhadap kualitas dari keterampilan yang dimiliki. Jika ingin mendapatkan hasil yang optimal dalam sebuah pertandingan, maka kita harus dapat melakukan teknik *passing* dengan tepat karena *passing* merupakan salah satu teknik dasar yang dibutuhkan oleh pemain (Hermans & Engler, 2010; Lhaksana & Justinus, 2011).

Setelah dilakukan tes pada siklus 1, maka diperoleh kesimpulan bahwa terdapat peningkatan teknik *passing* dan *control* namun peningkatan kemampuan tersebut masih belum maksimal sehingga peneliti melanjutkan penelitian ke siklus 2. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sukarini (2020), pada penelitiannya diketahui bahwa pada siklus 1 didapatkan persentase ketuntasan sebesar 73,33% sehingga penelitian tersebut dilanjutkan ke siklus 2 dan pada siklus 2 tersebut didapatkan persentase ketuntasan sebesar 100%. Hal tersebut dapat terjadi karena peserta didik belum terbiasa dalam melakukan model latihan yang diberikan. Selain itu, terdapat penelitian lain yang menunjukkan bahwa ketika

dilakukan upaya peningkatan keterampilan *passing* dalam olahraga futsal pada siklus 1 masih didapatkan persentase keberhasilan yang kurang memuaskan yaitu hanya sebesar 75%, hal tersebut melandasi keputusan peneliti untuk melanjutkan penelitian ke siklus 2 dengan harapan dapat meningkatkan keterampilan peserta didik dalam melakukan teknik *passing* (Orlando *et al.*, 2020).

Temuan Siklus 2

Siklus 2 dilaksanakan karena peneliti dan pelatih ekstrakurikuler futsal SMAN 01 Singosari merasa bahwa kemampuan dari peserta didik masih dapat lebih dioptimalkan lagi. Penelitian pada siklus 2 dilaksanakan pada tanggal 27 Februari sampai dengan 5 April 2024 dengan sampel yang sama dan jumlah pertemuan yang sama dengan siklus 1, yaitu 20 sampel dan 9 pertemuan yang juga dilaksanakan pada jadwal kegiatan ekstrakurikuler futsal di SMAN 01 Singosari. Model latihan yang diberikan pada siklus 2 sama dengan model latihan yang diberikan pada siklus 1, hal ini dilakukan guna mengoptimalkan peserta didik dalam melakukan latihan keterampilan *passing* dan *control* yang diberikan.

Metode yang disebut dengan metode *drill* yang dilakukan dengan cara mengulang model latihan yang sama dapat membuat peserta didik menjadi terbiasa dalam melakukan teknik keterampilan yang diberikan, yang pada penelitian ini ialah teknik *passing* dan *control* (Ardiyanto *et al.*, 2021). Hal tersebut juga diperkuat oleh sebuah penelitian yang menyatakan bahwa salah satu keuntungan dari metode *drill* adalah bahwa itu dapat meningkatkan dan memperbaiki teknik dasar *passing* karena teknik *drill* adalah latihan yang diulang-ulang secara terus-menerus yang dimaksudkan untuk meningkatkan efek atau penguasaan pada berbagai aspek teknis (Husyaeri *et al.*, 2022).

Pada siklus 2, dapat dilihat bahwa keterampilan yang dimiliki oleh peserta didik mulai mengalami peningkatan. Tidak terdapat kesulitan berarti seperti yang ditemukan pada siklus sebelumnya. Seperti yang telah tertulis pada bagian hasil, siklus 2 dilakukan guna meningkatkan keberhasilan atau persentase ketuntasan dari siklus sebelumnya. Pada penelitian tindakan olahraga, banyak dijumpai peneliti yang melakukan kegiatan hingga ke siklus 2 (Mustafa *et al.*, 2022), salah satunya yaitu penelitian yang dilakukan oleh Orlando *et al.* (2020). Pada penelitiannya, diketahui bahwa pada siklus 1 upaya meningkatkan keterampilan *passing* pada olahraga futsal, didapati persentase keberhasilan yang kurang memuaskan, dan persentase keberhasilan yang memuaskan didapatkan pada siklus 2 yaitu sebesar 75%. Selain itu, terdapat penelitian serupa yang menunjukkan bahwa pada siklus 1 upaya meningkatkan hasil akurasi *shooting* dalam permainan futsal didapatkan nilai rata-rata sebesar 73,5, sehingga peneliti memutuskan untuk melanjutkan penelitian ke siklus 2 dan pada siklus tersebut didapati peningkatan nilai rata-rata yaitu sebesar 83 (Pratama *et al.*, 2020). Oleh karena itu, peneliti dan peserta didik merasa bahwa kegiatan dapat disudahi pada siklus 2.

4. Simpulan

Adapun kesimpulan yang didapat dari dilakukannya penelitian ini yaitu dapat dilihat bahwa terjadi peningkatan akurasi *passing* dan *control* selama berlangsungnya siklus 1 dan siklus 2. Hasil pada siklus 1 menunjukkan kategori baik, meskipun pada siklus 1 telah mengalami peningkatan daripada ketika dilakukannya observasi awal, namun hasil tersebut dirasa masih belum mencapai target yang diinginkan sehingga dilakukanlah siklus 2. Pada siklus 2 didapatkan hasil yang menunjukkan kategori sangat baik yang berarti hasil telah mencapai target yang diinginkan sehingga peneliti tidak perlu melanjutkan ke siklus berikutnya. Dengan didapatkannya hasil tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa penelitian tindakan olahraga

(PTO) yang dilakukan dengan menggunakan metode *drill* terbukti dapat meningkatkan keterampilan *passing* dan *control* peserta didik ekstrakurikuler futsal SMAN 01 Singosari.

Daftar Rujukan

- Adyanto, S. P., Muhajir, M., & Fajriyah, K. (2018). Karakteristik Siswa Anggota Ekstrakurikuler Pencak Silat Ditinjau dari Nilai Karakter. *Jurnal Sinektik*, 1(1), Article 1. <https://doi.org/10.33061/js.v1i1.2299>
- Ardiyanto, M. D., Januarto, O. B., & Yudasmar, D. S. (2021). Peningkatan Keterampilan Dasar Passing Futsal Memakai Metode Drill Bervariasi. *Sport Science and Health*, 3(11), Article 11. <https://doi.org/10.17977/um062v3i112021p921-928>
- Arikunto, S., & Jabar, C. S. A. (2014). *Evaluasi Program Pendidikan; Pedoman Teoritis Praktis Bagi Mahasiswa dan Praktisi Pendidikan*. Bumi Aksara.
- Budiwanto, S. (2012). *Metodologi Latihan Olahraga*. Malang: UM Press. <https://scholar.google.com/scholar?cluster=15395248717759167458&hl=en&oi=scholar>
- Hermans, V., & Engler, R. (2010). *Futsal: Technique, Tactics, Training*. Meyer & Meyer Verlag.
- Husyaeri, E., Bachtiar, & Saleh, M. (2022). Metode Latihan Drill untuk Meningkatkan Kemampuan Passing pada Permainan Futsal. *Jurnal Educatio*, 8(2), 521–525.
- Hutomo, A. S., Kristiyanto, A., & Purnama, S. K. (2019). Peningkatan Keterampilan Teknik Dasar Futsal Melalui Penggunaan Media Video pada Mahasiswa Putra Penghobi Futsal. *Prosiding Seminar Nasional IPTEK Olahraga (SENALOG)*, 2(1), Article 1.
- Irawan, A. (2009). *Teknik Dasar Modern Futsal*. Pena Pundi Aksara.
- Jariono, G., Subekti, N., Indarto, P., Hendarto, S., Nugroho, H., & Fachrezzy, F. (2020). Analisis Kondisi Fisik Menggunakan Software Kinovea pada Atlet Taekwondo Dojang Mahameru Surakarta. *Transformasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 16(2), Article 2. <https://doi.org/10.20414/transformasi.v16i2.2635>
- Kemmis, S., McTaggart, R., & Nixon, R. (1988). *The Action Research Planner*. Deakin University Press.
- Lhaksana, & Justinus. (2011). *Taktik & Strategi Futsal Modern*. BE Champion.
- Mustafa, P. S., Gusdiyanto, H., Victoria, A., Masgumelar, N. K., & Lestariningsih, N. D. (2022). Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Penelitian Tindakan Kelas dalam Pendidikan Olahraga. *Insight Mediatama*. <https://repository.insightmediatama.co.id/books/article/view/21>
- Nawawi, U. U., Deri, A. M., & Damrah, D. (2018). Pengaruh Latihan Metode Drill dan Metode Bermain terhadap Kemampuan Passing Permainan Sepakbola Siswa Ssb (Sekolah Sepakbola) Usia 11-12 Tahun. *Jurnal Performa Olahraga*, 3(02), 322229. <https://doi.org/10.24036/kepel.v3i02.46>
- Nilamsari, N., & Perdana, N. (2019). Pola Komunikasi antar Pribadi Pelatih dan Pemain dalam Program Latihan Komunitas Futsal Tuter Fc. *Jurnal Pustaka Komunikasi*, 2(2), 222–233.
- Orlando, R., Saputra, S. A., & Alsaudi, A. T. B. D. (2020). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Keterampilan Passing melalui Metode Kelompok Kecil dalam Permainan Futsal. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan STKIP Kusuma Negara III*, 125–130.
- Pratama, A. P., Alsaudi, A. T. B. D., & Iqbal, M. (2020). Upaya Meningkatkan Hasil Akurasi Shooting dengan Menggunakan Media Target Ban pada Permainan Futsal. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan STKIP Kusuma Negara III*, 63–69.
- Richki, F., Siregar, B., Halimatusa'diah, H., Santika, M., Nabila, M., & Ritonga, N. H. (2024). Peran Kegiatan Ekstrakurikuler dalam Upaya Meningkatkan Prestasi Belajar Siswa di SMP Muhammadiyah 3 Medan. *Journal on Education*, 6(2), Article 2. <https://doi.org/10.31004/joe.v6i2.5326>
- Saputro, R. R., Sukidin, S., & Ani, H. M. (2017). Manajemen Ekstrakurikuler Non-Akademik Siswa di SMA Muhammadiyah 3 Jember. *Jurnal Edukasi*, 4(3), 49–53. <https://doi.org/10.19184/jukasi.v4i3.6302>



Sudijono, A. (2016). *Pengantar Evaluasi Pendidikan*. Raja Grafindo Persada.

Sukarini, N. N. (2020). Meningkatkan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olah Raga dan Kesehatan (PJOK) Materi Permainan Bola Kecil Sederhana Melalui Penerapan Model Pembelajaran Langsung. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Profesi Guru*, 3(2), Article 2. <https://doi.org/10.23887/jippg.v3i2.29065>