

PENGARUH METODE DRILL DALAM MENINGKATKAN KETERAMPILAN SEPAK BOLA KELAS IV MI MA'ARIF PUCUNGBEDUG PURWANEGARA BANJARNEGARA

Zaenal Jaiz¹, Ahmad Syarif²

^{1,2} Prodi Pendidikan Olahraga Universitas Ma'arif Nahdlatul Ulama Kebumen

Alamat: Jl. Kutoarjo No. Km.05, Jatisari, Kebumen, Jawa Tengah 54317

Email: ¹ zaenaljaiz@gmail.com, ² ahmad_syarif@umnu.ac.id

Abstract: *The purpose of this study was to determine the effectiveness of the drill method in improving soccer skills in grade IV students of MI Maarif Pucungbedug. The low ability of students in performing basic soccer techniques is the main problem in this study. The research method used is experimental. The population comes from MI Maarif Pucungbedug and the sample selected is grade IV students totaling 12 people. The instrument to measure students' passing and stopping abilities uses a battery test. Data analysis uses the jamovi 2.6.44.0 application. The test results showed a significant increase in the average because there was an increase of 26 points from 51.3 to 77.3. If described in percentage, the increase was 26%. Thus, it can be concluded that there is a significant influence of drill method training to improve soccer passing and control skills in grade IV students at MI Maarif Pucungbedug.*

Keywords: *Drill method, passing and stopping, Soccer.*

Abstrak: Tujuan penelitian ini untuk mengetahui efektivitas metode *drill* dalam meningkatkan ketrampilan sepak bola pada siswa kelas IV MI Maarif Pucungbedug. Masih rendahnya kemampuan siswa dalam melakukan teknik dasar sepakbola menjadi permasalahan utama dalam penelitian ini. Metode penelitian yang digunakan berupa eksperimental. Populasi berasal dari MI Maarif Pucungbedug dan sampel yang dipilih adalah siswa kelas IV yang keseluruhannya berjumlah 12 orang. Instrumen untuk mengukur kemampuan *passing* dan *Stopping* siswa menggunakan batteray test. Analisis data menggunakan aplikasi jamovi 2.6.44.0. Hasil pengujian menunjukkan peningkatan rata rata yang terlihat nyata karena terjadi peningkatan sebesar 26 *point* dari 51,3 menjadi 77,3. Jika digambarkan dalam persentase, peningkatan tersebut sebesar 26 %. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pelatihan metode *drill* untuk meningkatkan ketrampilan sepakbola *passing* dan *control* pada siswa kelas IV di MI Maarif Pucungbedug.

Kata Kunci: Metode *drill*, *Passing* dan *stopping*, sepakbola.

Pendidikan jasmani merupakan suatu proses pendidikan melalui aktivitas jasmani yang bertujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, sikap sportif, kecerdasan emosional, pengetahuan serta perilaku hidup sehat dan aktif (Sumbodo, 2016: 9). Pendidikan

jasmani merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan dari program pendidikan. Menurut Sudijandoko dalam Musthofa (2017: 1) menyebutkan bahwa pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktifitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan ketrampilan motorik, pengetahuan, perilaku hidup sehat, aktif, sikap sportif dan kecerdasan emosional. Jadi pendidikan jasmani merupakan suatu proses pembelajaran melalui aktifitas jasmani yang dapat membentuk sikap dan watak serta mampu mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat, sportif, dan aktif.

Pendidikan jasmani sebagai komponen pendidikan secara keseluruhan telah disadari oleh banyak kalangan. Namun, dalam pelaksanaannya pengajaran pendidikan jasmani berjalan belum efektif seperti yang diharapkan. Model pembelajaran pendidikan jasmani tidak harus terpusat pada guru tetapi pada siswa. Orientasi pembelajaran harus disesuaikan dengan perkembangan anak, isi dan urusan materi serta cara penyampaian harus disesuaikan sehingga menarik dan menyenangkan, sasaran pembelajaran ditujukan bukan hanya mengembangkan keterampilan olahraga, tetapi pada perkembangan pribadi anak seutuhnya.

Konsep dasar pendidikan jasmani dan model pengajaran pendidikan jasmani yang efektif perlu dipahami oleh guru yang hendak mengajar pendidikan jasmani.

Pendidikan jasmani memegang peran penting dalam rangka pertumbuhan dan perkembangan peserta didik. Pendidikan sendiri suatu yang paling mendasar dari kehidupan manusia dan akan menumbuhkan karakteristik bagi peserta didik tersebut. Pembelajaran jasmani sendiri tidak hanya bertujuan untuk meningkatkan keterampilan, melainkan aspek afektif dan kognitif melalui aktivitas jasmani

Dari berbagai pendapat para ahli di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa pengertian metode pembelajaran adalah suatu cara atau alat yang digunakan oleh guru dalam pembelajaran untuk mengimplementasikan rencana yang disampaikan kepada peserta didik demi mencapai tujuan pembelajaran.

Dalam pembelajaran pendidikan jasmani terdapat bermacam-macam cabang olahraga dan permainan. Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga dan permainan yang termasuk dalam materi pokok pendidikan jasmani. Menurut Serpiello (2017) sepakbola diklasifikasikan sebagai permainan invasi yang menggunakan bola dengan tujuan mencapai kesuksesan yang membutuhkan

kemampuan teknis pemain dan tim. Adapun Nurhadi sebagaimana dikutip Malik (2023: 9) sepak bola merupakan permainan beregu yang terdiri dari sebelas pemain, dan salah satunya adalah penjaga gawang. Untuk bermain sepakbola yang baik pemain dibekali dengan teknik dasar yang baik (Rivai, Atiq & Triansyah, 2019).

Berdasarkan hasil observasi pada tanggal 5 januari 2025. Di sekolah MI Maarif Pucungbedug Purwanegara Banjarnegara didapatkan hasil keterampilan sepak bola sebanyak 1 siswa sebesar 8,33 % dalam kategori baik, sebanyak 3 siswa sebesar 25 % dalam kategori cukup, sebanyak 5 siswa sebesar 41,67 % dalam kategori sedang sedangkan sebanyak 3 siswa sebesar 25 % dalam kategori kurang.

Dari hasil observasi tersebut di peroleh permasalahan masih rendahnya ketrampilan bermain sepakbola terutama dalam melakukan teknik dasar *passing* dan *stopping*. Untuk mengatasi kendala tersebut, di perlukan metode latihan yang tepat guna membantu siswa meningkatkan ketrampilan teknik dasar *passing* dan *stopping*.

Melihat hal tersebut, maka peneliti mencoba untuk merubah metode yang digunakan dalam pembelajaran dengan memilih metode *drill*. Pembelajaran untuk meningkatkan ketangkasan dan

ketrampilan dalam sepakbola (Djamaluddin & Wardana, 2019: 13).

Sedangkan metode *drill* adalah suatu teknik pembelajaran latihan untuk meningkatkan ketangkasan, ketrampilan dan kemampuan. Metode latihan *drill* suatu kegiatan melakukan hal yang sama, berulang-ulang secara sungguh-sungguh dengan tujuan untuk memperkuat suatu asosiasi atau menyempurnakan suatu keterampilan agar menjadi bersifat permanen (Ding, Effendi & Fallo, 2022). Ciri khas dari metode ini adalah kegiatan berupa pengulangan yang berkali-kali dari suatu hal yang sama sehingga dapat di simpulkan bahwa drill yaitu latihan dengan praktek yang di lakukan berulang kali atau kontinyu untuk mendapatkan keterampilan dan ketangkasan praktis tentang pengetahuan yang di pelajari (Irawan, Sugiarto & Kurniawan, 2020).

Tujuan penelitian menggunakan metode *drill* untuk mengetahui pengaruh metode *drill* yang diharapkan dapat menjawab permasalahan untuk meningkatkan ketrampilan sepakbola yang ada di MI Maarif Pucungbedug Kecamatan Purwanegara Kabupaten Banjarnegara. Untuk itu penelitian ini peneliti berikan judul: Pengaruh Metode *drill* dalam Meningkatkan Keterampilan Sepak Bola Kelas IV di MI Ma'arif Pucungbedug Purwanegara Banjarnegara.

METODE PENELITIAN

Populasi dan sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa laki laki kelas IV MI Ma'arif Pucungbedug Kecamatan Purwanegara Kabupaten Banjarnegara, yang berjumlah 12 orang

Metode Analisis

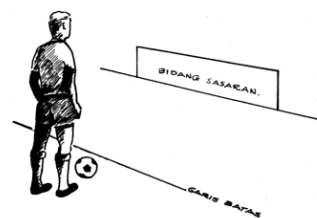
Pengumpulan data dalam penelitian dilakukan pada saat pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga kelas IV dengan materi Sepak bola. Dalam pengambilan data tersebut maka sebelum mendapatkan perlakuan peserta harus melukan *pre-test* dahulu kemudian di terapkan metode *drill* dan di akhir akan diadakan *post-test*. Data penelitian dikumpulkan baik melalui instrument pengumpulan data, observasi, maupun melalui data dokumentasi. Instrumen untuk mengukur kemampuan *passing* dan *stopping* siswa menggunakan *batteray test* sepak bola Winarno (2006: 49-64). Analisis data menggunakan aplikasi jamovi 2.6.44.0. Langkah pertama adalah menguji nilai deskriptif statistik (mean, std. deaviation) langkah kedua adalah menguji nilai normalitas, dan homogenitas, langkah ke tiga menguji efek metode *drill* terhadap kemampuan *passing* dan *stopping* menggunakan *paired sample t-test* (Gani at al,2022) taraf signifikansi

yang di gunakan adalah 0,05 atau sebesar 95%.

Instrumen

Instrumen penelitian ini untuk mengukur *passing* dan *stopping* menggunakan *batteray test* sepak bola mengadopsi dari instrument penilaian buku Winarno (2006: 49-64)

Tes menyepak dan menghentikan bola (passing and stopping)



Gambar 1. *Passing dan stopping*

Setelah testi siap, maka pengambil waktu memberi aba-aba MULAI dan menjalankan stopwatchnya. *Testee* segera menyepak bola ke dinding pantul. Pantulan bola kembali dihentikan dan ditahan sebentar dan segera di sepak kembali ke arah dinding sasaran. Tes ini harus dilakukan secara terus-menerus selama 10 detik. Pada waktu menyepak dan menghentikan bola, testi harus tetap berada di belakang garis batas. Apabila testi tidak dapat menghentikan dan menahan bola, maka testi harus mengambil bola tersebut dan memainkan kembali sampai batas waktu yang telah ditentukan. Tepat 10 detik pengambil waktu memberikan aba-

aba STOP dan menghentikan sopwatchnya. Testi segera berhenti melakukan tes tersebut. Pada waktu pelaksanaan tes, tugas pengawas memperhatikan perkenaan bola ke daerah sasaran dan menghitung jumlah berapa kali testi menyepak dan menghentikan bola dari belakang garis secara syah selama 10 detik.

Penilaian

Penilaian Hasil tes yang langsung dapat dicatat baru berupa hasil kasar yang belum dapat dipergunakan untuk menilai. Untuk dapat menentukan tingkat keterampilan bermain sepakbola seseorang, hasil kasar harus lebih dulu diubah menjadi skor standar T, Selanjutnya nilai keterampilan tersebut dibandingkan dengan tabel yang ada, maka akan diketahui golongannya (tingkat keterampilannya).

Program penelitian

Penelitian ini telah mendapatkan izin dari pihak Universitas Maarif Nahdlatul Ulama Kebumen dan kepala Madrasah MI Maarif Pucungbedug. Penelitian ini dilakukan di MI Maarif Pucungbedug pada bulan Februari - April 2025 dengan rincian seminggu 2 kali pertemuan yaitu pada hari Selasa dan Jum'at. Pertemuan pertama semua sampel melaksanakan *pre-test*. Pertemuan kedua hingga pertemuan ke delapan sampel

mendapatkan program metode latihan *drill*. Selanjutnya pada pertemuan terakhir sampel melaksanakan *post-test*. Untuk lebih jelas mengenai program metode drill disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Program metode latihan *Drill*

Pertemuan	Kegiatan	Waktu
1	Pre-test	07.30 - 10.00
2	Latihan <i>Passing</i> ke dinding, <i>control</i> dan <i>game</i>	07.30 - 09.00
3	Latihan <i>Passing</i> ke dinding, <i>control</i> dan <i>game</i>	07.30 - 09.00
4	Latihan <i>Passing</i> ke dinding, <i>control</i> dan <i>game</i>	07.30 - 09.00
5	Latihan <i>Passing</i> ke dinding, <i>control</i> dan <i>game</i>	07.30 - 09.00
6	Latihan <i>Passing</i> ke dinding, <i>control</i> dan <i>game</i>	07.30 - 09.00
7	Latihan <i>Passing</i> ke dinding, <i>control</i> dan <i>game</i>	07.30 - 09.00
8	Latihan <i>Passing</i> ke dinding, <i>control</i> dan <i>game</i>	07.30 - 09.00
9	Post-test	07.30 - 10.00

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Setelah data mentah di peroleh dari hasil tes dan pengukuran *passing* and *stopping* dalam olahraga sepakbola. Maka data yang di peroleh dari *pree test* dan *post test* yaitu sebagai berikut:

1. Deskriptif statistik

Hasil uji deskriptif statistik di sajikan sebagai berikut:

Tabel 2. *Group Descriptives*

	Group	N	Mean	Median	SD	SE
Nilai	Pre test	12	51,3	50,0	7,50	2,16
	Post test	12	77,3	74,0	6,34	1,83

Berdasarkan Tabel 2 diatas, dapat disimpulkan dari nilai *pre-test* dan *post-test mean* dari *pre-test* sebesar 51,3 dan *standard deviation* 7,50, sedangkan untuk *post-test* memperoleh nilai mean 77,3 dengan *standard deviation* sebesar 6,34.

2. Uji Normalitas

Hasil Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan *Shapiro-wilk*, hal itu di karenakan sampel yang di gunakan kurang dari 50 orang. Untuk hasil uji normalitas di sajikan sebagai berikut:

Tabel 3. *Normality test (Shapiro-wilk)*

Nilai	W	P
Pre-test	0,891	0,123
Post-test	0,875	0,077

Note: A low-p value suggest a violation of the assumption of normality

Berdasarkan Tabel 3 di atas, dapat diketahui bahwa Keputusan untuk di

Nilai	Statistik	df	P	Mean diff	Se diff	Lower	Upper
Pre test Post test	-14,9	11,0	<0,001	-26,0	1,74	-29,8	-22,2

terima atau di tolak hipotesis di dasarkan pada perbandingan nilai signifikasi dengan

taraf 0,05. Hipotesis di terima karena nilai Signifikasi lebih besar dari 0.05(sig > 0,05). Dengan demikian dapat diartikan bahwa data memiliki distribusi normal.

3. Uji Homogenitas

Hasil Uji homogenitas dalam penelitian ini menggunakan *levene-test*. Untuk hasil uji homogenitas di sajikan sebagai berikut:

Tabel 4. *Homogeneity of variances Test (Levene's)*

	F	Df	df2	P
Nilai	0,122	1	2	0,730

Note: A low-p value suggest a violation of the assumption of equal variances

Berdasarkan Tabel 4 di atas, dapat diketahui bahwa nilai Sig untuk *pre-test* dan *post-test* menunjukan bahwa nilai Sig>0.05. Dengan demikian dapat diartikan bahwa data memiliki bervariasi homogen

4. Uji Hipotesis

Hasil uji Hipotesis dalam penelitian ini menggunakan *paired sample t-test* yang berfungsi untuk menguji peningkatan nilai siswa dalam permainan sepakbola sebelum dan sesudah mendapatkan program latihan metode *drill*. Untuk hasil uji hipotesis di sajikan sebagai berikut:

Tabel 5. *Paired Sample T- test*

Berdasarkan hasil perhitungan pada Tabel 5 diatas menggunakan uji t dengan jamovi

2.6.44 diperoleh hasil Ha *Pre- test* tidak sama dengan *Post test* Maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis ini diterima, yaitu terdapat pengaruh yang signifikan dengan metode latihan *drill* terhadap *passing* dan *stopping* sepakbola.

PEMBAHASAN

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh dari metode latihan *drill* terhadap peningkatan ketrampilan teknik dasar *passing* dan *stopping* dalam permainan sepakbola. Dalam penelitian ini menunjukkan bahwa metode latihan *drill* yang dilakukan sebanyak 8 kali pertemuan terbukti dapat meningkatkan ketrampilan dan kemampuan siswa dalam melakukan teknik dasar *passing* dan *Stopping*. Dengan peningkatan ini dapat terjadi karena metode *drill* memiliki karakteristik latihan yang dilakukan secara terus menerus dan berulang-ulang, dengan metode seperti ini siswa akan lebih terfokus dalam mempelajari setiap gerakan yang terdapat dalam *passing* dan *stopping*. Gerakan *passing* dan *stopping* yang dilakukan secara berulang ulang dapat membuat siswa dapat mempelajarinya dengan cepat dan optimal (Irawan, Sugiarto & Kurniawan, 2020). Tetapi kelemahan dari metode ini dapat menyebabkan siswa merasa bosan dan jenuh. Maka dari itu harus ada solusi lain agar tidak membosankan, bisa dengan cara

mengkombinasikan metode *drill* dalam bentuk *game*, sehingga dengan cara ini dapat meminimalisir tingkat kebosanan yang ada dalam diri siswa yang optimal (Kristina, Junaidi, Sari & Yuliantika, 2021). Hasil penelitian ini sejalan dan mendukung studi sebelumnya yang melaporkan bahwa metode *drill* memang efektif dalam meningkatkan kemampuan teknik dasar pada semua cabang olahraga (Yuni, 2017; Indrikasih, 2018; Khotimah, 2020) termasuk juga dalam cabang olahraga sepakbola.

KESIMPULAN

Metode *Drill* terbukti efektif dalam meningkatkan teknik dasar *passing* dan *stopping* pada sepakbola. Hal ini ditunjukkan oleh peningkatan nilai rata-rata kemampuan *passing* dan *stopping* siswa dari 51,3 (sebelum penerapan) menjadi 77,3 (setelah penerapan). Penerapan Metode *drill* sangat efektif dan mampu meningkatkan *passing* dan *stopping* pada permainan sepak bola. Tujuan penelitian ini untuk meningkatkan ketrampilan sepakbola melalui Metode *drill* telah tercapai. Hal ini dibuktikan dengan adanya peningkatan signifikan pada hasil tes keterampilan *passing* dan *stopping* siswa setelah mengikuti latihan dengan Metode *drill*. Secara teoritis, penelitian ini memperkuat teori bahwa

Metode *drill* dapat diterapkan dalam pembelajaran pendidikan jasmani, khususnya pada materi sepak bola. Secara praktis, model ini dapat menjadi alternatif bagi guru dalam meningkatkan keterampilan siswa terutama pada permainan sepak bola.

DAFTAR PUSTAKA

- Ding, O., Effendi, A.R & Fallo, I.S. (2022). Pengaruh Metode Drill Terhadap Passing Kaki Bagian Dalam Pada Permainan Sepak Bola Siswa Ekstrakurikuler. *Journal Sport Academy* Volume 1 Issue 1 (2022) Page 47-59
- Djamaluddin, A., Wardana. 2019. Belajar dan Pembelajaran 4 Pilar Peningkatan Kompetensi Pedagogis. Parepare: CV. Kaaffah Learning Center.
- Indrakasih, D. R. M. (2018). Dampak Mesin Drill Terhadap Keterampilan Smash Bola Volly. Seminar Nasional Inovasi Keolahragaan Tahun 2018. Inovasi Distrupatif Menuju Industri Olahraga Era Revolusi Industri 4.0". <https://doi.org/ISBN: 978 602-53788-0-5>
- Irawan, G., Sugiarto, T., & Kurniawan, A. W. (2020). Upaya meningkatkan akurasi teknik passing menggunakan metode drill pada kegiatan ekstrakurikuler sepakbola. *Jurnal penjakora*,6(2), 92-101
- Khotimah, N. (2020). Penerapan Metode Drill Untuk Meningkatkan Keterampilan Passing Atas Bola Voli Siswa SMPN 4 Tapung Hilir. *Journal of Education and Teaching*,1(1), 16-20
- Kristina, P. C., Junaidi, I. A., Sari, Z. N., & Yuliantika, I. (2021). Pengaruh Metode Latihan Drill Terhadap Teknik Passing Sepak Bola Club Putri Bomber Fc Banyuasin. *Jurnal Olahraga Kebugaran Dan Rehabilitasi (JOKER)*, 1(2), 78–82. <https://doi.org/10.35706/joker.v1i2.5762>
- Malik, R.R. 2023. Keterampilan Bermain Sepak Bola Siswa Kelas V Di Sd Negeri Wonolopo 03 Kota Semarang. Skripsi. Yogyakarta: Program Studi Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar Departemen Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Musthofa, A. 2017. Pemahaman Tujuan Penjas Oleh Guru Penjas di SD Negeri 03 Bandar Kecamatan Bandar Kabupaten Batang. *Skripsi*. Yogyakarta: Prodi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Rivai, M., Atiq, A., & Triansyah, A. (2019). Pengaruh Metode Latihan Drill Terhadap Keterampilan Passing Sepakbola Pada Peserta Didik Ekstrakurikuler Di Sma Negeri 8 Pontianak. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 8(3).
- Serpiello, F.R., et al. 2017. The Loughborough Soccer Passing Test has impractical criterion validity in elite youth football. *Science and Medicine in Football*, 1(1).60-64. <https://doi.org/10.1080/02640414.2016.1254810>
- Sumbodo PP. 2016. Penerapan Metode Kooperatif Tipe Teams Games Tournament (TGT) untuk Meningkatkan Hasil Belajar Keterampilan Bolavoli pada Siswa Kelas XI TS M Smk Murni 1 Surakarta Tahun Pelajaran 2015/2016. Skripsi. Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi. FKI.

- Universitas Sebelas Maret
Surakarta.
- Winarno, M.E., 2006. Perspektif Pendidikan Jasmani dan Olahraga, Malang: Laboratorium Jurusan Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Malang.
- Yuni, A. (2017) 'Pengaruh Metode Drill dan Metode Bermain Terhadap Keterampilan Bermain Bola Voli Mini (Studi Eksperimen Pada Siswa SD Negeri 14 Kampung Jambak Kecamatan Koto Tangah Kota Padang) Yuni Astuti, Al Ibtida: Jurnal Pendidikan Guru MI, 4, <http://dx.doi.org/10.24235/al.ibtida.snj.v4i1.1276> Al.