

MODEL LATIHAN KETERAMPILAN *SHOOTING* FUTSAL (DIYU) UNTUK USIA SMA

Wahyu Erfandy¹⁾, Mochamad Asmawi²⁾, dan Iman Sulaiman³⁾

^{1),2),3)}Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta

e-mail: erfandywahyu@gmail.com

Abstrak

Tujuan yang ingin dicapai dari penelitian pengembangan ini adalah untuk menghasilkan produk buku model latihan keterampilan *shooting* yang dapat memberikan manfaat kepada pelatih untuk mempermudah pelatih dalam menerapkan materi latihan. Penelitian ini menggunakan model penelitian dan pengembangan *Research and Development* dari Borg dan Gall yang terdiri dari sepuluh langkah dalam penelitian. Rancangan penelitian eksperimen berbentuk *the one group pretest-posttest design*. Subjek dalam penelitian ini merupakan siswa usia SMA yang terdiri dari 40 siswa dengan 22 aitem model latihan dan 40 siswa tidak diberi perlakuan. Tahapan dalam penelitian ini adalah: penelitian pendahuluan, evaluasi pakar, uji coba produk yang terdiri dari *small group try-out* dan *field try group*, serta uji efektivitas produk. Uji efektivitas model menggunakan tes keterampilan *shooting* dengan membandingkan kelompok kontrol dan eksperimen. Uji perbandingan kelompok kontrol dan eksperimen dengan spss-16 maka kelompok kontrol adalah 0.855 atau $p\text{-value} > 0.05$ maka tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada kelompok kontrol. Sedangkan pada kelompok eksperimen adalah 0.000 atau $p\text{-value} < 0.05$ maka terdapat perbedaan yang signifikan pada kelompok eksperimen sebelum dan setelah pemberian *treatment*. Dengan demikian penerapan model latihan keterampilan *shooting* futsal (*Diyu*) untuk usia SMA perlu dilakukan untuk meningkatkan kemampuan akurasi *shooting* siswa.

Kata Kunci: *model, latihan, futsal, shooting*

Abstract

*The aim of this research and development is to produce a model book product of shooting skill training that can benefit the trainer to facilitate the trainer in implementing the training materials. This research uses research and development model of Research and Development from Borg and Gall which consists of ten steps in research. The experimental research design is the one group pretest-posttest design. Subjects in this study were high school age students consisting of 40 students with 22 aitem exercise model and 40 students were not given treatment. Stages in this study are: preliminary research, expert evaluation, product trial consisting of small group try-out and field try group, and test product effectiveness. The model effectiveness test uses shooting skill tests by comparing control and experiment groups. While the control group was given pre-test and post-test but not given treatment. . The comparison test of control and experiment group with spss-16 then control group is 0.855 or $p\text{-value} > 0.05$ then there is no significant difference in control group. While in the experimental group is 0.000 or $p\text{-value} < 0.05$ then there is a significant difference in the experimental group before and after treatment. With this application of futsal shooting skill model (*Diyu*) for high school age needs to be done to improve the accuracy of shooting students.*

Keywords: *models, exercise, futsal, shooting*

PENDAHULUAN

Berdasarkan hasil obeservasi yang peneliti lakukan di beberapa kompetisi futsal antar pelajar di Kab. Soppeng Sulawesi Selatan yang dilaksanakan setiap tahun diantaranya KALONG Cup, IMPS Cup dan Bupati Cup ditemukan beberapa faktor yang mempengaruhi tingkat kemampuan atlet. Mulai dari faktor mental pemain, kondisi fisik sampai penguasaan tehnik dasar pemain itu sendiri. Kondisi mental dan fisik para pemain dapat dikatakan cukup baik karena banyaknya kompetisi yang sering diadakan ditambah dengan jadwal latihan yang cukup rutin di *ekstrakurikuler* sekolah namun pada penguasaan tehnik dasar terlihat sering terjadi kesalahan yang dilakukan oleh para pemain, seperti kesalahan *controlling, passing, dribbling* dan *shooting*, tehnik dasar *shooting* merupakan yang paling minim tingkat penguasaannya, hal tersebut terlihat pada saat para pemain mendekati kotak pinalti lawan dan ingin mencetak gol.

Ketika hal ini dibiarkan maka prestasi atlet yang diharapkan bisa semakin membaik seiring dengan padatnya jadwal latihan serta banyaknya kompetisi yang dilaksanakan justru hanya akan *stagnan* dan tidak akan berkembang sama sekali apabila tidak ada evaluasi dan latihan khusus mengenai tehnik dasar *shooting* tersebut. Prestasi yang tinggi dalam olahraga hanya dapat dicapai dengan latihan-latihan yang direncanakan dengan sistematis dan dilakukan secara terus-menerus dengan tehnik yang benar. Peran seorang pelatih sangat penting untuk mengawasi dan

memberikan metode latihan yang tepat untuk mewujudkan tujuan itu.

Model latihan *shooting* yang lebih variatif harus diterapkan agar tidak terjadi kebosanan saat latihan berlangsung. Model latihan yang diterapkan juga harus disesuaikan dengan kondisi fisik dan psikologis siswa SMA, Latihan yang diterapkan harus disusun secara sistematis dimulai dari yang paling mudah hingga yang paling sulit secara bertahap. Latihan *shooting* yang dimulai dari yang paling mudah akan membentuk fondasi tehnik *shooting* yang benar. Pelatih diwajibkan memiliki tujuan yang jelas dan mampu merancang model latihan dengan baik sesuai dengan kebutuhan siswa SMA dalam permainan futsal. Berdasarkan latar belakang diatas fokus permasalahan pada penelitian ini adalah model latihan keterampilan *shooting* futsal untuk pemula usia SMA.

KAJIAN PUSTAKA

Konsep Pengembangan Model

Penelitian pengembangan adalah suatu siklus yang diawali dari adanya suatu kebutuhan yang membutuhkan pemecahan masalah dengan menggunakan suatu produk tertentu untuk di uji tingkat ke efektifitasnya, dilanjutkan membuat produk pengembangan dan diuji produk pengembangan tersebut. Produk dievaluasi dan direvisi berdasarkan dari hasil uji coba yang dilakukan.

Dengan kata lain penelitian dan pengembangan (*research and development*) menitik beratkan pada pengembangan produk yang telah ada untuk di revisi agar menjadi lebih menarik sehingga

nilai kebermanfaatannya bertambah. Apabila produk baru telah teruji, maka produk tersebut apabila digunakan akan lebih mudah, lebih cepat dan kuantitas serta kualitas produk yang dihasilkan akan sesuai seperti yang diharapkan. Berdasarkan pengertian tersebut dalam penelitian ini peneliti berusaha untuk mengembangkan model latihan *shooting* futsal untuk usia SMA.

Penelitian pengembangan adalah proses penelitian yang diawali dengan analisis kebutuhan, pengembangan produk dan ujicoba produk yang dilakukan karena adanya kebutuhan yang lebih besar dari produk yang sudah ada dengan kata lain merupakan pengembangan dari produk yang sudah ada agar supaya kebermanfaatannya lebih besar lagi. Model yang sering digunakan dalam penelitian dan pengembangan diantaranya: Model pengembangan Intruksional (MPI), model pengembangan ADDIE, model pengembangan *Dick and Carey*, model pengembangan perangkat menurut KEMP, model pengembangan 4-D, dan model pengembangan Borg and Gall.

Konsep Model yang Dikembangkan

Model merupakan suatu bentuk tiruan dari aslinya dengan tujuan memperoleh hasil yang ideal dengan memperhatikan faktor fisiologis, faktor psikologis, fasilitas serta lingkungan sosial atlet. Dengan adanya item model-model latihan ini diharapkan atlet mendapatkan kebebasan dalam memilih model latihan yang dapat membantu dalam kegiatan latihan.

Dari beberapa model, dalam penelitian ini peneliti akan

menggunakan model pengembangan Borg dan Gall dengan alasan bahwa model pengembangan ini akan memandu peneliti tahap demi tahap secara detail. Selain itu model ini juga memungkinkan kelompok belajar menjadi lebih aktif berinteraksi karena menetapkan strategi dan tipe pembelajaran yang berbasis lingkungan. Analisis tugas yang diuraikan dalam model Borg dan Gall tersusun secara terperinci dan tujuan pembelajaran khusus secara hierarkis serta uji coba yang dilalui secara berulang-ulang dapat memberikan hasil sistem yang dapat diandalkan.

Penelitian pengembangan yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian pengembangan model latihan yang lebih bermanfaat dan variatif diterapkan serta lebih menyenangkan. Penelitian akan dilakukan dari tahapan yang sesuai yaitu tahap awal ide, sampai tahap produksi. Adapun yang melatarbelakangi tahapan pengembangan ini yaitu faktor tenaga, biaya, serta waktu yang diperlukan dalam produksi massal dalam model ini.

Futsal

Futsal adalah singkatan dari *futbol* (sepakbola) dan *sala* (ruangan) dari bahasa Spanyol atau *futebol* (Portugal/Brazil) dan *salon* (Perancis). Jadi futsal adalah permainan sepakbola yang dilakukan di dalam ruangan. Futsal adalah permainan yang dimainkan oleh dua regu yang setiap regunya terdiri dari 5 orang pemain. Permainan *futsal* dalam memainkannya setiap pemain dibolehkan menggunakan seluruh anggota badan kecuali lengan, hanya

penjaga gawang diperbolehkan memainkan bola dengan kaki dan lengan.

Futsal hampir seluruhnya menggunakan kemahiran kaki, kecuali penjaga gawang yang bebas menggunakan anggota tubuh manapun. Setiap regu berusaha untuk mencetak skor sebanyak banyaknya dengan cara memasukkan bola ke gawang lawannya dan berusaha pula sekuat tenaga agar gawangnya terhindar dari kebobolan penyerang lawan. Dengan permainan yang sangat cepat dan dinamis futsal mempunyai daya tarik sendiri dibandingkan dengan olahraga lainnya. Daya tarik futsal adalah keterampilan memperagakan kemampuan mengolah bola, penampilan dengan penuh perjuangan, gerakan yang dinamis, disertai dengan kejutan taktik yang membuat penonton kagum melihatnya.

Pemain futsal harus menguasai teknik dasar maka dari itu seorang pemain atau atlet futsal yang tidak menguasai teknik dasar futsal dengan baik, tidak akan mungkin menjadi seorang pemain yang baik. Menurut Danny Mielke ada beberapa teknik dasar didalam permainan futsal yaitu antara lain :

- a. Mengoper bola (*passing*),
- b. Menghentikan bola (mengontrol)
- c. Menggiring bola (*dribbling*)
- d. Menyundul bola (*heading*),
- e. Menembak (*shooting*),
- f. Melempar bola (*throw in*).

Teknik dasar merupakan gerakan-gerakan dasar yang wajib dikuasai dengan baik oleh setiap pemain di semua cabang olahraga salah satunya cabang olahraga futsal. Dengan

demikian apabila pemain telah memiliki keterampilan gerakan dasar yang baik maka untuk melakukan pengembangan gerakan selanjutnya yang lebih sulit juga akan dapat dilakukan dengan lebih mudah. Salah satu teknik dasar yang dijelaskan di atas yang paling penting dan harus dikuasai adalah teknik *shooting* karena didalam permainan futsal tujuan akhirnya adalah meraih kemenangan, sementara untuk meraih kemenangan tersebut harus dilakukan dengan cara memasukkan bola sebanyak banyaknya atau *shooting* kegawang lawan.

METODE PENELITIAN

Tujuan akhir dari penelitian pengembangan ini adalah untuk menghasilkan produk buku model latihan keterampilan *shooting* yang dapat memberikan manfaat kepada pelatih untuk mempermudah pelatih dalam menerapkan materi latihan sehingga nantinya dapat digunakan untuk meningkatkan kemampuan *shooting* para pemain yang dilatih. Penelitian akan dilaksanakan di 3 SMA di kabupaten Soppeng Provinsi Sulawesi Selatan.

Subjek penelitian adalah siswa laki-laki yang mengikuti ekstrakurikuler Futsal di masing masing sekolah tersebut. Waktu yang diperlukan dalam penelitian riset dan pengembangan dengan mengacu pada penelitian riset dan pengembangan dari *Borg and Gall* memerlukan waktu 1 sampai 2 bulan dengan perincian sebagai berikut:

- a. *Research and information collecting.*
- b. *Planning.*
- c. *Develop preliminary form of product.*
- d. *Preliminary field testing.*

- e. *Main product revision.*
- f. *Main field testing.*
- g. *Operational product revision.*
- h. *Operational field testing.*
- i. *Final product revision.*
- j. *Dissemination and implementation.*

Karakteristik Model yang Dikembangkan

Pengembangan model latihan *shooting* pada permainan futsal yang akan disusun dan dikembangkan berupa model baru dan modifikasi yang terdiri 22 model latihan. Pengguna yang menjadi sasaran dalam penelitian pengembangan model latihan *shooting* pada permainan futsal untuk siswa laki-laki yang mengikuti ekstrakurikuler futsal (subjek homogen), ini diasumsikan agar dapat mempermudah pelaksanaan uji coba produk. Teknik pengambilan subyek yang diterapkan dalam penelitian ini merupakan sampling jenuh/sensus, yang dikenal juga sebagai semua anggota populasi digunakan sebagai subjek penelitian.

Subjek pada penelitian ini terdiri dari 80 siswa yang terbagi menjadi 40 siswa pada kelompok kontrol dan 40 siswa pada kelompok eksperimen. Penelitian pengembangan model latihan *shooting* menggunakan model penelitian dan pengembangan (*Research and Development*) dari Borg dan Gall yang terdiri dari sepuluh langkah dalam penelitian, antara lain: (1) *Research and information collecting* (2) *Planning* (3) *Development of the preliminary form of product* (4) *Preliminary field testing* (5) *Main product revision* (6) *Main field test.* (7) *Operational product revision* (8) *Operational field testing* (9) *Final produk* (10) *Dissemination and implementation.*

Uji Efektifitas

Uji coba ini bertujuan untuk (a) untuk mengetahui apakah desain model telah diterapkan dengan baik dan benar, dan (b) seberapa efektifkah hasil penerapan model terhadap tujuan penelitian ini. Dengan demikian pendekatan kuantitatif digunakan untuk mencari efektifitas tersebut dengan rancangan penelitian eksperimen berbentuk *the one group pretest-posttest design*.

Langkah yang dilakukan dalam uji coba ini antara lain; (1) menetapkan kelompok subjek penelitian; (2) melaksanakan *pretest* (O_1); (3) mencoba model yang telah dikembangkan; (4) melaksanakan *post-test* (O_2); (5) mencari skor rata-rata *pretest* dan *posttest* dan dibandingkan antar keduanya; (6) mencari selisih perbedaan kedua rata-rata tersebut melalui metode statistik (uji-t) untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh yang signifikan dari penggunaan model.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Pengembangan Model

Berdasarkan data yang didapat peneliti melalui wawancara dan angket kepada 60 siswa dan selanjutnya diolah dan dideskripsikan. Rumusan penelitian yang dilakukan kepada siswa dilaksanakan pada bulan januari 2018. Analisis kebutuhan dalam bentuk angket di Sekolah Menengah Atas.

Berdasarkan analisis kebutuhan tersebut dapat diketahui bahwa: (1) Siswa memiliki minat yang cukup besar untuk mengikuti kegiatan ekstrakurikuler futsal. (2) Siswa merasakan kejenuhan pada saat latihan

dikarenakan variasi latihan *shooting* yang diberikan oleh pelatih cenderung monoton. (3) Siswa menginginkan adanya pengembangan model latihan *shooting* futsal untuk menambah variasi latihan. (4) Pelatih ekstrakurikuler futsal membutuhkan model latihan *shooting* futsal yang lebih variatif (5) Pelatih membutuhkan referensi media berupa buku elektronik maupun non elektronik guna menunjang proses latihan.

B. Kelayakan Model

Peneliti menghadirkan 3 orang ahli dalam bidang futsal, ketiganya berprofesi sebagai dosen pendidikan olahraga sekaligus sebagai pelatih futsal. Berdasarkan uji kelayakan yang dilakukan oleh ahli dapat ditarik kesimpulan bahwa variasi model latihan *shooting* untuk usia SMA, 2 model latihan dinyatakan tidak layak sehingga total model latihan berubah yang awalnya berjumlah 24 model latihan menjadi 22 model latihan dan dapat diimplementasikan kepada siswa SMA.

C. Efektifitas Model

Setelah dilakukan uji coba kelompok kecil model latihan keterampilan *shooting* futsal (*Diyu*) untuk usia SMA dan telah direvisi oleh ahli futsal maka akan dilanjutkan ketahap berikutnya yaitu melakukan uji coba kelompok besar. Berdasarkan hasil ujicoba kelompok kecil yang telah dievaluasi oleh ahli, selanjutnya peneliti melakukan revisi produk awal dan memperoleh 22 *item* model latihan keterampilan *shooting* yang akan digunakan pada ujicoba kelompok besar. Setelah model mengalami revisi tahap 2

dari ahli maka akan dilanjutkan dengan melakukan ujicoba produk dengan kelompok besar dengan menggunakan subjek penelitian sebanyak 80 siswa usia SMA yang berasal dari 3 sekolah yaitu: SMA Negeri 2 Soppeng, SMK Negeri 3 Soppeng dan SMA Negeri 7 Soppeng.

Setelah dilakukan uji kelompok besar Subjek penelitian sebanyak 80 siswa akan dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. 40 siswa dikategorikan sebagai kelompok eksperimen dan 40 siswa sebagai kelompok kontrol. Kelompok eksperimen dilakukan dengan memberikan pre-test sebelum treatment dan post-test setelah treatment. Sedangkan kelompok kontrol diberikan pre-test dan post-test namun tidak diberikan treatment. Kelompok kontrol dijadikan sebagai data dasar untuk dibandingkan dengan kelompok eksperimen.

Hasil test yang diperoleh sebelum dan setelah diberikan perlakuan dapat disimpulkan bahwa model latihan *shooting* futsal untuk usia SMA layak dan efektif untuk dapat meningkatkan kemampuan *shooting* siswa. Dalam uji signifikan yang dilakukan dengan menggunakan SPSS 16 didapat $mean = 4.60000$ yang menunjukkan selisih rata-rata dari *pre-test* dan *post-test*, hasil $t\text{-hitung} = 33.394$ $df = 39$ dan $p\text{-value} = 0.00 < 0.05$ yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara sebelum dan setelah diberikan perlakuan model latihan *shooting* futsal (*Diyu*). Berdasarkan hasil penelitian yang dihasilkan dapat disimpulkan bahwa model latihan keterampilan *shooting*

futsal (*Diyu*) untuk usia SMA yang dikembangkan memiliki tingkat efektifitas yang signifikan.

PENUTUP

Adapun dua kesimpulan dalam penelitian ini antara lain: (1) Penelitian ini menghasilkan produk akhir berupa model latihan keterampilan *shooting* futsal untuk usia SMA yang terdiri dari 22 *item* model latihan *shooting* dan (2) model latihan keterampilan *shooting* futsal untuk usia SMA dapat meningkatkan semangat dan mencegah kebosanan siswa dalam berlatih dikarenakan model latihan yang bervariasi sehingga proses latihan tidak berjalan monoton dan membosankan.

DAFTAR PUSTAKA

- Borg, Walter R & Gall, Meredith D. 1983. *Educational Research: An Introduction*, 4th Edition. New York: Longman Inc.
- Crainn, William. 2007. *Teori Perkembangan Konsep dan Aplikasi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Darmadi, Hamid. 2011. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta
- Decaprio, Richard. 2013. *Aplikasi Teori Pembelajaran Motorik di Sekolah*. Yogyakarta: Diva Press
- Emzir. 2015. *Metodologi Penelitian Pendidikan Kuantitatif dan Kualitatif*, Depok: PT. Raja Grafindo Persada
- Gunawan, Imam. 2016. *Metode Penelitian Kualitatif Teori & Praktik*, Jakarta: Bumi Aksara
- Husdarta. 2010. *Psikologi Olahraga*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian dan Pengembangan*. Bandung: Alfabeta
- Suparman, M. Atwi. 2012. *Desain Instruksional Modern*. Jakarta: Erlangga
- Widiastuti. 2015. *Tes dan Pengukuran*. Depok: PT Rajagrafindo Persada