
**PENGARUH LATIHAN METODE *BLOCK SYSTEM* UNTUK KETEPATAN
SHOOTING FUTSAL**

Erik Permana

Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, STKIP Muhammadiyah Kuningan, Indonesia

Info Artikel

Sejarah Artikel:

Diterima (Desember) (2020)

Disetujui (Januari) (2020)

Dipublikasikan (Februari)
(2021)

Keywords:

*Shooting accuracy and
block system method.*

Abstract

The purpose of this study was to determine: The effect of the block system method exercise to increase the accuracy of shooting club Nass Futsal Kuningan. This study uses experimental research methods. The population and sample in this study were the players of the Kuningan Nass Futsal club with a sample of 24 people. The research instrument used in this study was one group pretest and posttest. The results of the analysis and processing of pre-test data obtained the lowest points 17, the highest time 34. While the post-test data obtained the lowest point of 25, the highest time of 41. This indicates an increase in the shooting accuracy of the players of the Kuningan Nass Futsal club, and there is a difference the average treatment effect of block system method exercise for futsal shooting accuracy between pre test and post test based on independent sample t test.

© Erik Permana

Under the license CC BY-SA 4.0

Corresponding Author:

Author, Erik Permana

Departement, Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Afiliasi, STKIP Muhammadiyah Kuningan

Email: erikpermana@mhs.upmk.ac.id

PENDAHULUAN

Permainan bola futsal merupakan salah satu cabang olahraga beregu yang populer diseluruh dunia untuk saat ini terutama di Montevideo Uruguay karena di negara ini futsal pertama kali di kembangkan. Di tanah air kita pun permainan futsal sudah dikenal cukup lama, dan merupakan salah satu permainan rakyat yang sangat digemari dan sudah memasyarakat, baik masyarakat pedesaan, atau perkotaan, mulai dari anak kecil, remaja, sampai orang tua sangat menggemarinya, hal ini disebabkan oleh sifat permainan itu sendiri yang mempunyai ciri khas yaitu mudah dilakukan, menyenangkan, serta bisa menjadi alat untuk mempererat tali persodaraan, dan kerja sama antar bangsa (Halim, 2009).

Menurut (Yuli, 2015), teknik *shooting* merupakan tehnik yang paling sulit dalam pelaksanaannya dan satu satu nya cara untuk mencetak nilai atau gol. Krena shooting merupakan cara seorang pemain untuk bisa memasukan bola ke gawang lawan atau menciptakan gol. Sedangkan menurut (Bramasakti, 2016) *shooting* adalah gerakan dimana posisi tubuh normal rileks dengan sebelah kaki berada didepan kaki yang lain, pada saat akan dikenakan kepada bola segeralah tangan dibuka lebar dan juga lengan yang satunya berada di belakang dalam keadaan terjulur. Dalam permainan futsal *shooting* merupakan tehnik yang penting untuk mencetak gol, *shooting* dapat dilakukan dengan berbagai cara yaitu dengan menggunakan kaki bagian dalam, punggung kaki dan

ujung kaki. Ketepatan shooting dalam futsal sangat penting maka perlu upaya untuk meningkatkan ketepatan shooting untuk menyempurnakan keterampilan yang dimiliki pemain (Aminuddin & Akbar, 2016). Kemudian menurut (Sugono, 2008) ketepatan adalah keadaan, ketelitian, atau kejituan.

Berdasarkan hasil observasi selama melihat latihan Club NASS Futsal Kuningan terdapat masalah ketika latihan maupun bertanding yaitu pemain sering sekali dalam melakukan *shooting* tidak tepat pada sasaran yang diinginkan, bahkan tidak jarang bolanya melambung tinggi jauh dari sasaran. Berdasarkan masalah tersebut maka yang perlu ditingkatkan adalah penerapan bentuk latihan ketepatan *shooting*, salah satu bentuk latihannya adalah model *block system* yaitu model latihan sasaran berurutan.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen menggunakan rancangan *one group pretest posttest design*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anggota Club NASS Kuningan Futsal. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah total sampling, sehingga sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 24 peserta Club NASS Kuningan Futsal (Sugiyono, 2015). Teknik pengumpulan data menggunakan instrumen tes *shoot on target*, tes ini bertujuan untuk mengetahui peningkatkan akurasi *shooting*. Setelah data dinyatakan berdistribusi normal dan homogen, kemudian teknik analisis data yang digunakan selanjutnya adalah uji hipotesis menggunakan uji t.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil signifikansi uji normalitas *pretest* hasil ketepatan *shooting* menunjukkan nilai signifikansi 0,200 dan *posttest* 0,200 sehingga dapat dinyatakan bahwa semua data memiliki nilai p (Sig.) > 0,05, maka data berdistribusi normal. Berdasarkan hasil uji homogenitas dapat dilihat hasil *pretest* dan *posttest* sehingga data tersignifikansi lebih besar dari 0,05 dengan Sig. p 1,000 > 0,05. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa variansi data bersifat homogen. Kemudian hasil uji hipotesis menggunakan uji t dapat dilihat dalam tabel berikut ini:

Tabel 1 *Independent Sampel T Test*

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
hasil	Equal variances assumed	.000	1.000	6.210	46	.000	-7.333	1.181	-9.710	-4.956
	Equal variances not assumed			6.210	45.992	.000	-7.333	1.181	-9.710	-4.956

Dari hasil uji-t dapat dilihat bahwa t hitung 6,210 dan t tabel 1,181 (df 46) dengan nilai signifikansi p sebesar 0,000. Oleh karena t hitung 6,210 > t tabel 1,181, dan nilai signifikansi 0,000 < 0,05, maka hasil ini menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan. Dengan demikian hipotesis alternatif (Ha) yang berbunyi "ada pengaruh yang signifikan latihan. Berdasarkan output di atas, diketahui nilai sig (2-tailed) pada bagian Equality of means sebesar 0,000, karena nilai signifikansi < 0,005, maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan dari rata-rata treatment pengaruh latihan metode *block system* untuk ketepatan shooting futsal di klub NASS Kuningan Futsal.

Berdasarkan analisis data hasil penelitian diperoleh peningkatan yang signifikan terhadap kelompok yang diteliti. Pemberian perlakuan latihan *block system* model sasaran berurutan selama 12 kali pertemuan memberikan pengaruh terhadap peningkatan ketepatan shooting pada Club NASS

Kabupaten Kuningan yaitu sebesar 30%. Hal tersebut sesuai dengan teori bahwa pelatihan shooting menggunakan block system model sasaran berurutan bertujuan untuk meningkatkan kemampuan psikologis yang dilakukan sebanyak 12 kali pertemuan. Memperoleh rata-rata hasil angket pretest sebesar 25 dan hasil posttest sebesar 34,42 terdapat perbedaan nilai rata-rata sebesar 7,42 dengan kenaikan persentase 30%.

SIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah diperoleh maka dapat ditarik kesimpulan adanya pengaruh yang signifikan dari latihan metode block system untuk ketepatan shooting futsal pada club NASS Futsal Kuningan, terbukti dari hasil nilai mean pretest 25 dan posttest 32,42 terdapat peningkatan dengan selisih 7,42 dan persentasenya adanya peningkatan yang signifikan yaitu sebesar 30%.

UCAPAN TERIMA KASIH

Bagian ini berisi ucapan terima kasih kepada pihak-pihak yang berperan penting dalam pelaksanaan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, F., Suryamen, H., & Aminuddin, I. (2016). Pembangunan Sistem Informasi Geografis Lapangan Futsal Kota Padang Berbasis Web. *Jurnal Nasional Teknologi Dan Sistem Informasi*, 2(1), 45–54.
- Bramasakti, N. (2016). “Pengaruh Latihan Permainan Target Terhadap Peningkatan Ketepatan Tendangan Shooting Menggunakan Punggung Kaki Peserta Ekstrakurikuler Futsal Putri Sma Negeri 1 Imogiri”. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Halim, Sahda. (2009). *1hari Pintar Main Futsal*. Jagakarsa-Jakarta 12620. PT BUKU KITA.
- Irawan, A. (2009). *Teknik Dasar Modern Futsal*. Jakarta: Pena Pundi Aksara
- Maksum, Ali. (2012). *Metode Penelitian Dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press-2012.
- Narlan, A., Juniar, T., Millah, H., Jasmani, J. P., & Keguruan, F. (2017). Pengembangan Instrumen Keterampilan Olahraga Futsal. 3(2), 241–247.
- Sugiyono, “Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D”, cetakan ke-22, Alfabeta, Bandung, 2015.
- Sugono, D. (2008). *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi IV*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama
- Yuli, H. I. dan S. C. (2015). “Penerapan Modifikasi Permainan Terhadap Hasil Belajar Shooting Pada Permainan Futsal” (Studi Pada Peserta Ekstrakurikuler Futsal SMP Negeri 28 Surabaya) Imam Hanafi Sasminta Christina Yuli Hartati Abstrak. 03, 189– 194.