

## **MENINGKATKAN KETERAMPILAN TEKNIK PASSING MENGUNAKAN KAKI BAGIAN DALAM DENGAN METODE DRILL PADA PERMAINAN FUTSAL**

**Andi Marihot Tua Silalahi<sup>1)</sup>, Jujur Gunawan Manullang<sup>2)</sup>, Widya Handayani<sup>3)</sup>**

<sup>123</sup>Program Studi Magister Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan,  
Universitas PGRI Palembang, Indonesia  
[jujurgm@univpgri-palembang.ac.id](mailto:jujurgm@univpgri-palembang.ac.id)

### **ABSTRAK**

Futsal merupakan olahraga sepak bola dalam ruangan yang memerlukan keterampilan teknik yang tinggi. Salah satu keterampilan teknik penting dalam futsal adalah teknik passing menggunakan kaki bagian dalam. Keterampilan ini menjadi kunci untuk mengoptimalkan permainan tim dan mencapai keberhasilan dalam pertandingan. Meskipun keterampilan teknik passing menggunakan kaki bagian dalam memiliki peran yang signifikan, masih terdapat keterbatasan pemahaman tentang faktor-faktor yang memengaruhi pengembangan keterampilan ini. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis keterampilan teknik passing menggunakan kaki bagian dalam pada permainan futsal. Populasi penelitian ini melibatkan pemain futsal di SMA Methodist 4 Talang Kelapa kota Palembang, dengan jumlah sampel sebanyak 15 orang. Sampel diambil secara acak untuk mencakup variasi yang representatif dari populasi. Metode penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain eksperimen one grup pretest dan posttest, instrumen yang digunakan adalah metode drill tendangan kaki bagian dalam selama 8 kali pertemuan. Data dikumpulkan melalui pengamatan langsung terhadap pemain futsal yang melakukan teknik passing menggunakan kaki bagian dalam. Hasil penelitian ini memberikan wawasan mendalam tentang faktor-faktor yang memengaruhi keterampilan teknik passing menggunakan kaki bagian dalam. Analisis statistik akan mengidentifikasi variabel-variabel yang signifikan dalam pengembangan keterampilan teknik passing. Penelitian ini menyimpulkan bahwa keterampilan teknik passing menggunakan kaki bagian dalam memiliki peran penting dalam permainan futsal. Faktor-faktor seperti teknik, kekuatan kaki, dan konsentrasi memainkan peran kunci dalam pengembangan permainan futsal. Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengintegrasikan metode latihan yang fokus pada pengembangan keterampilan teknik passing menggunakan kaki bagian dalam dalam program pelatihan futsal.

**Kata Kunci:** teknik passing ; kaki bagian dalam, metode drill ; permainan futsal.

## **IMPROVE THE SKILLS OF PASSING TECHNIQUES USING THE INNER FOOT WITH THE DRILL METHOD IN FUTSAL GAMES**

### **ABSTRACT**

*Futsal is an indoor soccer sport that requires high technical skills. One of the important technical skills in futsal is the passing technique using the inner foot. This skill becomes the key to optimizing team play and achieving success in matches. Although the skill of passing techniques using the inner foot has a significant role, there is still a limited understanding of the factors that influence the development of this skill. Therefore, this study aims to analyze the skills of passing techniques using the inner foot in futsal games. The population of this study involved futsal players in Methodist High School 4 Talang Kelapa Palembang city, with a sample of 15 people. The sample is taken at random to include a representative variation of the population. The research method used a quantitative approach with experimental design one group pretest and posttest, the instrument used is the method of inner leg kick drill during 8 meetings. The Data was collected through direct observation of futsal players who perform passing techniques using the inner foot. The results of this study provide a deep insight into the factors that affect the skill of passing techniques using the inner foot. Statistical analysis will identify significant variables in the development of passing technique skills. This study concluded that the skill of passing techniques using the inner foot has an important role in the game of futsal. Factors such as technique, foot strength, and concentration play a key role in the development of the game of futsal. Researchers are further advised to integrate exercise methods that focus on developing the skills of passing techniques using the inner foot in futsal training programs.*

**Keywords:** passing technique; inside foot, drill method ; futsal game.

## PENDAHULUAN

Aktivitas di sekolah seringkali dilakukan di dalam atau di luar jam pelajaran, dan kegiatan olahraga di luar jam pelajaran umumnya terprogram sebagai kegiatan ekstrakurikuler (Antariningsih et al., 2023). Kegiatan ekstrakurikuler dirancang untuk mendukung perkembangan peserta didik sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat, dan minat mereka, melalui kegiatan yang diorganisir khusus oleh peserta didik dan tenaga kependidikan yang berkompeten di sekolah (Wiyani, 2013). Olahraga diartikan sebagai aktivitas jasmani yang bertujuan untuk menjaga dan meningkatkan kebugaran tubuh manusia (Gita Adidtiya Ahmad Vialli et al., 2021). Selain itu, olahraga juga dapat menjadi sumber hiburan dan kegiatan yang menyenangkan, atau diarahkan untuk mencapai prestasi tertentu (Hasugian et al., 2012). Melalui olahraga, banyak nilai positif yang dapat diajarkan, seperti kejujuran, penghargaan terhadap rekan dan lawan, sikap sportif dalam menghadapi kekalahan, memberikan penghormatan kepada pemenang, dan berbagai nilai positif lainnya (Rizki et al., 2023). Futsal, sebagai permainan bola, dimainkan oleh dua tim dengan masing-masing lima anggota. Tujuannya adalah memasukkan bola ke gawang lawan dengan menggunakan kaki (Feri Kurniawan, 2012). Olahraga ini tidak hanya memberikan manfaat fisik, tetapi juga mengajarkan nilai-nilai positif dan keterampilan sosial kepada para pesertanya.

Olahraga futsal merupakan permainan bola besar yang digemari masyarakat khususnya siswa SMP, SMA dan Mahasiswa. Futsal mulai digemari di masyarakat karena mirip dengan olahraga sepak bola, bedanya terletak pada jumlah pemain dan ukuran lapangan (Firdaus et al., 2023). Untuk teknik dasar yang dipakai sama seperti sepak bola, yaitu teknik passing, dribbling dan shooting, jumlah pemain dalam permainan futsal 5 orang yang terdiri dari 1 kiper dan 4 pemain. Seorang pemain futsal harus menguasai teknik permainan futsal dan memiliki kecepatan dalam menggiring bola serta stamina yang bagus (Apraja et al., 2023). Hasil observasi di SMA Methodist 4 Talang Kelapa kota Palembang masih ditemukan siswa dalam menendang kaki bagian dalam belum maksimal, dari prosesntase masih ada 86% siswa belum melakukan dengan baik dan benar. Sehingga peneliti ingin melakukan penelitian untuk meningkatkan teknik menendang dengan kaki bagian dalam menggunakan metode drill.

Pemain futsal harus memiliki Teknik dasar, seperti mengoper (*passing*), menerima (*control*), mengumpan lambung (*chipping*), menggiring (*dribbling*), menendang kearah gawang (*shooting*), menyundul (*heading*), tangkap (*cath*) (Syahab et al., 2022). Pada dasarnya teknik dasar dalam permainan futsal sama dengan sepakbola. Perbedaanya terletak pada bentuk perkenaan Teknik dasar, yang digunakan dalam futsal lebih kepada efisiensi gerakan karena setiap pemain harus cepat mengambil keputusan jika dibandingkan dengan sepak bola. Seperti passing lebih banyak menggunakan kaki bagian dalam, mengontrol dan menggiring bola lebih banyak menggunakan telapak kaki bagian depan, sedangkan yang lebih membedakan lagi menendang bola kearah gawang tidak hanya menggunakan punggung kaki tetapi juga menggunakan ujung sepatu (Karim, n.d.). Dilihat dari beberapa faktor keberhasilan tersebut, ada yang paling dominan adalah passing dan shooting, teknik ini lebih sangat berperan dari tenaga dalam bermain futsal. Jika teknik passing dan shooting yang dimiliki setiap pemain tidak memenuhi syarat, maka para pemain tidak bisa membangun serangan untuk mencetak gol. Jika teknik dasar tersebut sudah dikuasai setiap pemain, pasti saat pertandingan mereka akan dapat menikmati jalannya pertandingan (Apraja et al., 2023).

Seperti yang dilakukan beberapa penelitian yang mengkaji mengenai teknik passing dan shooting pada permainan futsal dalam penelitian analisis teknik dasar passing dan control pada pertandingan porprov cobra futsal (Wardhana, 2016). Dan penelitian yang membahas mengenai kemampuan teknik passing dan shooting pada permainan futsal (Permadani Putranto, Jalung,

Rohman Kafrawi, 2020). Oleh sebab itu keterampilan teknik passing pada permainan futsal selain dapat memahami mengenai teknik, para pemain juga dapat mencetak gol dengan menggunakan keterampilan teknik passing dan tidak dengan sembarang bermain (Apraja et al., 2023). Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan efektivitas pembelajaran dengan menyesuaikan metode drill secara spesifik, diharapkan penelitian ini dapat memberikan kontribusi yang nyata dalam meningkatkan keterampilan teknik passing menggunakan kaki bagian dalam pada permainan futsal, membawa persentase siswa yang mampu melaksanakan teknik tersebut dengan baik menjadi lebih optimal.

## METODE

Penelitian ini menerapkan metode eksperimen one-group pretest-posttest (Aliriad, 2023) untuk mengukur dampak perlakuan terhadap keterampilan teknik passing menggunakan kaki bagian dalam dalam permainan futsal. Subjek penelitian terdiri dari seluruh pemain ekstrakurikuler futsal SMA Methodist 4 Talang Kelapa dengan sampel berjumlah 15 pemain. Pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan cara Total Sampling (Salmons, 2023). Instrumen yang digunakan adalah menendang kaki bagian dalam sebanyak 5 kali percobaan. Program latihan menggunakan metode drill untuk meningkatkan ketrampilan menendang sebanyak 8 kali pertemuan pada ekstrakurikuler futsal. Perlakuan dilakukan melalui metode drill yang terstruktur, berulang-ulang, dan progresif. Setelah menjalani perlakuan, subjek kembali diuji melalui posttest untuk mengukur perubahan dalam keterampilan teknik passing menggunakan kaki bagian dalam. Analisis data menggunakan SPSS Versi 23 untuk menghitung efektivitas metode drill dalam meningkatkan teknik passing menggunakan kaki bagian dalam dengan data yang di dapat dari pretest dan posttest.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

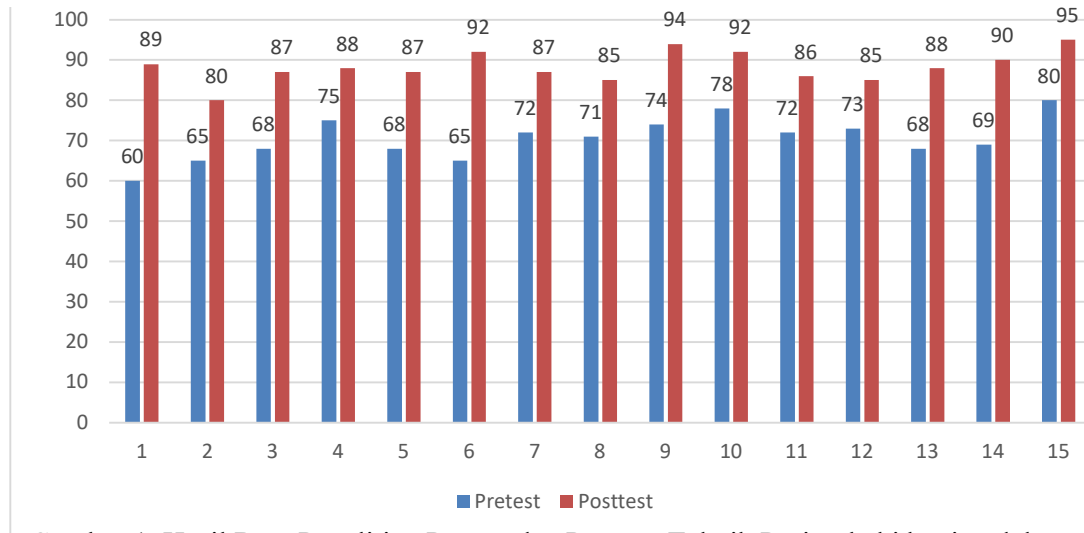
Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dalam keterampilan teknik passing menggunakan kaki bagian dalam setelah penerapan metode drill pada pemain futsal. Berikut data pretest dan posttes dari hasil penelitian pada tabel berikut :

Tabel 1. Hasil Data Penelitian Pretest dan Posttest Teknik Pasing kaki bagian dalam

No.	Sampel	Pretest	Posttes
1	Sampel 1	60	89
2	Sampel 2	65	80
3	Sampel 3	68	87
4	Sampel 4	75	88
5	Sampel 5	68	87
6	Sampel 6	65	92
7	Sampel 7	72	87
8	Sampel 8	71	85
9	Sampel 9	74	94
10	Sampel 10	78	92
11	Sampel 11	72	86
12	Sampel 12	73	85
13	Sampel 13	68	88
14	Sampel 14	69	90
15	Sampel 15	80	95

Analisis data menggunakan SPSS Versi 23 menghasilkan perbedaan yang nyata antara skor pretest dan posttest dengan nilai signifikansi (p-value) kurang dari 0,05. Dengan kata lain, program

latihan dengan metode drill mampu secara efektif meningkatkan keterampilan menendang kaki bagian dalam pada pemain futsal. Hasil posttest menunjukkan bahwa sebagian besar pemain mengalami peningkatan yang konsisten dan signifikan dalam melakukan teknik passing menggunakan kaki bagian dalam. Dari 15 pemain yang menjadi sampel, 80% dari mereka menunjukkan peningkatan yang mencolok dalam kemampuan teknis ini. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa penerapan metode drill dalam program latihan futsal secara positif berdampak pada peningkatan keterampilan teknik passing menggunakan kaki bagian dalam pada pemain futsal di SMA Methodist 4 Talang Kelapa.



Gambar 1. Hasil Data Penelitian Pretest dan Posttest Teknik Pasing kaki bagian dalam.

Hasil analisis data menggunakan SPSS Versi 23, ditemukan perbedaan yang signifikan antara skor pretest dan posttest dengan nilai p-value kurang dari 0,05. Hasil ini menunjukkan bahwa program latihan yang menerapkan metode drill secara efektif meningkatkan keterampilan menendang kaki bagian dalam pada pemain futsal. Penemuan ini konsisten dengan literatur-literatur sebelumnya yang menyoroti keberhasilan metode drill dalam meningkatkan keterampilan teknis atlet (Aprianova et al., 2016; Arif et al., 2018; Masitoh, 2021; Yuliana, 2021). Hasil posttest, dapat diamati bahwa sebagian besar pemain mengalami peningkatan yang konsisten dan signifikan dalam melakukan teknik passing menggunakan kaki bagian dalam. Fakta bahwa 100% dari 15 pemain sampel menunjukkan peningkatan mencolok dalam kemampuan teknis ini menegaskan efektivitas metode drill dalam konteks latihan futsal di SMA Methodist 4 Talang Kelapa. Penelitian ini memberikan kontribusi pada pemahaman lebih lanjut tentang strategi pelatihan yang efektif dalam meningkatkan keterampilan teknik futsal, khususnya teknik passing menggunakan kaki bagian dalam. Oleh karena itu, hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi berharga bagi pelatih, pengelola, dan pemain futsal di berbagai tingkatan, serta dapat membuka ruang untuk penelitian lebih lanjut yang menggali lebih dalam aspek-aspek psikologis atau variabel lain yang mungkin mempengaruhi efektivitas metode drill (Aliriad et al., 2023; Kharisma et al., 2020; Permadani Putranto, Jalung, Rohman Kafrawi, 2020).

Secara relevan, penelitian terkait ingin mengeksplorasi bagaimana faktor-faktor seperti motivasi, intensitas latihan, atau pendekatan pelatihan yang lebih spesifik dapat memberikan kontribusi tambahan terhadap peningkatan keterampilan teknik passing menggunakan kaki bagian

dalam (Deviyanti et al., 2020; Sarlis et al., 2020). Dengan demikian, penelitian ini memberikan dasar yang kuat untuk penelitian lanjutan yang dapat memperkaya pemahaman kita tentang strategi latihan yang optimal dalam konteks olahraga futsal. Selain itu, penelitian lebih lanjut dapat melibatkan aspek psikologis dalam pemahaman peningkatan keterampilan teknis. Penelitian terfokus pada motivasi, kepercayaan diri, dan ketahanan mental pemain futsal dapat memberikan wawasan tambahan tentang bagaimana faktor-faktor ini dapat memengaruhi efektivitas metode drill dalam konteks pelatihan. Menyelidiki aspek psikologis ini akan membantu melengkapi pemahaman komprehensif tentang faktor-faktor yang berkontribusi terhadap kemajuan keterampilan teknik futsal (Darisman et al., 2021). Selanjutnya, perlu diperhatikan bahwa metode drill yang terbukti berhasil dalam konteks penelitian ini dapat diterapkan secara lebih luas dalam pengembangan program latihan futsal di berbagai lembaga pendidikan dan klub olahraga. Pendekatan pelatihan yang berfokus pada teknik passing menggunakan kaki bagian dalam dapat diintegrasikan ke dalam kurikulum pelatihan untuk memastikan peningkatan yang berkelanjutan dalam keterampilan teknis pemain futsal.

## SIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini menegaskan bahwa metode drill efektif dalam meningkatkan keterampilan teknik passing menggunakan kaki bagian dalam dalam futsal. Analisis data dengan SPSS Versi 23 menghasilkan perbedaan yang signifikan antara skor pretest dan posttest, menunjukkan keberhasilan program latihan. Peningkatan keterampilan teknis tampak pada 100% dari 15 pemain sampel, memberikan kontribusi positif terhadap perkembangan atlet futsal di SMA Methodist 4 Talang Kelapa.

Saran untuk penelitian berikutnya mencakup eksplorasi faktor-faktor psikologis, seperti motivasi dan kepercayaan diri, yang dapat memengaruhi efektivitas metode drill. Studi longitudinal juga disarankan untuk memahami perkembangan keterampilan teknik seiring waktu. Praktisnya, disarankan agar pelatih futsal mengintegrasikan metode drill yang terbukti berhasil ke dalam program latihan, membuka peluang untuk peningkatan kualitas latihan dan perkembangan keterampilan teknis pemain secara keseluruhan. Kesimpulan dan saran ini diharapkan dapat memberikan panduan berharga bagi pengembangan olahraga futsal di tingkat pendidikan menengah.

## DAFTAR RUJUKAN

- Aliriad, H. (2023). Level Of Motor Educability In Floor Gymnastics Courses To Motion Skills. *JUARA: Jurnal Olahraga*, 8(1).
- Da'i, M. (2023). Exploring the relationship between body mass index and physical fitness: Implications from a comprehensive study in a secondary school setting. *Edu Sportivo: Indonesian Journal of Physical Education*, 4(2), 136–147.
- Sumatra, S. (2023). *The Role of Parents on Student ' s Interest in Futsal Extracurricular at SMA Negeri 1 OKU*. 4(June), 793–801.
- Putri, R. (2023). *The Effect of Shuttle-Run and Zig-Zag Exercises on Ball Dribbling Ability in Students of Public Junior High School 27 Palembang*. 4(June), 902–907.
- Hariadi, I. (2016). Metode Drill Untuk Meningkatkan Teknik Dasar Menggiring Bola ( Dribbling ) Dalam Permainan Sepakbola Pada Siswa Sekolah Sepakbola Putra Zodiac Kabupaten Bojonegoro Usia 13-15 Tahun. *Jurnal Kepelatihan Olahraga*, 1(1), 63–74.
- Supriyadi, S. (2018). Peningkatan Kemampuan Teknik Dribble Menggunakan Metode Drill Variasi. *Indonesia Performance Journal*, 2(2), 86–91.

- Bayu, W. I. (2021). *Belajar Psikologi Olahraga Sebuah Teori dan Aplikasi dalam Olahraga*. Jakad Media Publishing.
- Yunanto, A. (2020). Peran Motivasi Belajar Pada Hubungan Antara Faktor Eksternal Terhadap Hasil Belajar. *Jurnal Ekonomi, Bisnis Dan Akuntansi (JEBA)*, 22(3), 333–344.
- Feri Kurniawan. (2012). *Buku pintar olahraga mens sana in corpore sano*. Niaga Swadaya.
- Olivia, O. D. C. (2023). Pengaruh Media Audio Visual Terhadap Hasil Belajar Keterampilan Teknik Dasar Bola Futsal. *Citius : Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan*, 2(2), 109–113. <https://doi.org/10.32665/citius.v2i2.1153>
- Rohmad Apriyanto. (2021). Perbedaan Kemampuan Wall Bounce Passing Bawah Dengan Tekanan Udara Yang Berbeda Dalam Permainan Bola Voli. *Citius : Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan*, 1(1), 12–14. <https://doi.org/10.32665/citius.v1i1.188>
- Shidiq, A. N. (2012). Rancang Bangun Sistem Informasi Industri Kreatif Bidang Penyewaan Sarana Olahraga. *Seminar Nasional Teknologi Informasi Dan Komunikasi Terapan 2012 (Semantik 2012)*, 2012(Semantik), 606–612.
- Karim, A. (n.d.). *Pengaruh Latihan Small Sided Games Terhadap Peningkatan Ketepatan Passing Dengan Kaki Bagian Dalam Pada Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola Mts Ali Maksum Bantul The Effect Of Small Sided Games Practice On The Improvement Of The Accuracy Of Passing US*. 1–8.
- Mubarok, M. Z. (2020). Analisis Tingkat Daya Tahan Aerobik Pada Atlet Futsal Putri AFKAB Indramayu. *Physical Activity Journal (PAJU)*, 1(2), 125–132.
- Masitoh, I. (2021). *Implementasi metode drill dalam pembelajaran dribble bola basket untuk meningkatkan hasil belajar siswa*. 2(1), 43–50.
- Permadani Putranto, Jalung, Rohman Kafrawi, F. (2020). Analisis Kemampuan Passing Dan Shooting Pemain Futsal Putra Kabupaten Magetan Pada Pertandingan Babak Penyisihan Grup Pra Porprov Jawa Timur Tahun 2019. *E-Journal Unesa*, 8(1).
- Riyoko, E. (2023). *Peran Karang Taruna Dalam Meningkatkan Olahraga Di Desa Lumpatan II*. 4(November), 162–170.
- Salmons, J. (2023). *Mixed methods and web-based technologies for data collection* (K. B. T.-I. E. of E. (Fourth E. Ercikan (eds.); pp. 693–701). Elsevier. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/B978-0-12-818630-5.11069-3>
- Tjortjis, C. (2020). Sports analytics — Evaluation of basketball players and team performance. *Information Systems*, 93, 101562. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.is.2020.101562>
- Handayani, W. (2022). Education and Learning Journal. *Universitas Muslim Indonesia*, 1(January), 106–113.
- Wardhana, I. K. (2016). *Analisis Teknik Dasar Passing Dan Control Pada Pertandingan Porprov V Cabor Futsal Tim Kota Surabaya Universitas Negeri Surabaya Jurusan Pendidikan Kesehatan Dan Rekreasi Prodi SI Ilmu Keolahragaan*.
- Wiyani, N. A. (2013). *Growing Character Education in Elementary Schools (Concepts, Practices and Strategies)*. Ar-Ruzz Media.
- Yuliana, T. (2021). Penggunaan Metode Drill untuk Meningkatkan Hasil Belajar Materi Tolak Peluru Gaya O'brien pada Siswa Kelas VI Semester 1 SDN Ngadiroyo Kecamatan Nguntoronadi Tahun Pelajaran 2019/2020. *Jurnal Ilmiah Guru Indonesia*, 2(2), 166–173.