

Pengaruh Metode Latihan Drill Terhadap Keterampilan Shooting Peserta Ekstrakurikuler Futsal Smpn 9 Kota Bengkulu

The Effect of Drill Exercise Method on Shooting Skills of Futsal Extracurricular Participants at SMPN 9 Bengkulu City

Rizki Adiah Putra ^{1,a)} Deffri Anggara ²⁾ Asnawati ³⁾

Affiliation:

Universitas Dehasen
Bengkulu

Corresponding Author:

dawahumaira71@gmail.com



Abstract

This study aims to analyze the effect of applying the tactical approach and the drilling method on the shooting skills of futsal extracurricular participants at SMPN 9 Bengkulu City, as well as to examine the difference in effectiveness between the two training methods. This research is a quantitative experiment using a Two Groups Pretest-Posttest Design. The research population included all active participants in the futsal extracurricular at SMPN 9 Bengkulu City, totaling 17 students, with the sampling technique employing total sampling. Group assignment was conducted through the Matched Subject Ordinal Pairing technique based on pre-test score rankings, resulting in Group A (Tactical Approach, N=9) and Group B (Drilling Method, N=8). Treatments were administered over 6 weeks with a frequency of 16 sessions, and data were collected using a targeted, weighted futsal shooting accuracy test. Data were statistically analyzed using Paired Sample t-tests and Independent Samples t-tests at a significance level of $\alpha = 0.05$ after satisfying normality and homogeneity assumption tests. The results showed that the tactical approach significantly improved shooting skills ($t = 58.890$; $p = 0.000 < 0.05$) with an average score increase from 37.78 to 54.78 (gain score of 17.00 or a 45.00% improvement). Similarly, the drilling method was proven to significantly enhance shooting skills ($t = 78.342$; $p = 0.000 < 0.05$) with an average score increase from 39.00 to 64.38 (gain score of 25.38 or a 65.06% improvement). Furthermore, the comparative effectiveness test revealed a significant difference between the two groups ($t = -2.625$; $p = 0.019 < 0.05$), in which the drilling method was proven to be significantly more effective in improving futsal shooting skills than the tactical approach, with an improvement margin of 20.06%. Thus, it can be concluded that both training methods effectively enhance futsal shooting skills, but the drilling method yields a higher and more optimal improvement for junior high school students.

Keyword: Drill Method, Tactical Approach, Shooting Skills, Futsal

Pendahuluan

Futsal adalah salah satu olahraga yang sekarang ini banyak di gemari oleh masyarakat, baik anak-anak remaja bahkan orang dewasa. Permainan olahraga ini bisa dilakukan di dalam maupun di luar ruangan dengan membutuhkan ukuran lapangan yang tidak terlalu besar, permainan futsal sejauh ini sangatlah berkembang pesat dengan banyaknya turnamen antar pelajar dan antar klub futsal (Irsan Purdadi, 2022).

Tujuan dari permainan futsal adalah memasukan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan berusaha menjaga gawang sendiri agar tidak kemasukan, suatu regu akan dinyatakan menang apabila regu dapat memasukan bola terbanyak ke gawang lawan dan apabila sama dinyatakan seri atau draw (Gunawan 2023). Seorang guru atau pelatih saat

pembelajaran atau latihan, harus dapat menciptakan suasana pelatihan yang dapat memotivasi siswa yang dilatihnya.

Suasana tersebut secara psikologi dapat mempengaruhi siswa terhadap tugas-tugas yang dilakukan dalam melatih permainan futsal tentunya, seperti penjelasan materi yang diberikan, mengapa dan untuk apa hal itu dilakukan, serta bagaimana keterkaitannya dengan permainan sesungguhnya. Nuansa pelatihan seperti itu haruslah ditanamkan oleh pelatih dari sejak dini agar para siswa mudah memahami dan menerima makna esensi dari pelajaran yang diberikan oleh guru atau pelatih, sehingga siswa dapat dengan mudah mengaplikasikan teori di lapangan. Merealisasikan hal tersebut di atas, seorang pelatih atau guru dituntut untuk menggunakan sebuah model atau pendekatan yang cocok dalam

memberi materi pelatihan permainan futsal, diantaranya dengan pendekatan atau metode drilling.

Metode latihan pada umumnya digunakan untuk memperoleh suatu ketangkasan atau keterampilan dari apa yang telah dipelajari. Menurut (Brordus 2020), metode latihan (drill) atau metode training merupakan suatu cara mengajar atau melatih yang baik untuk menanamkan kebiasaan-kebiasaan tertentu. Futsal merupakan olahraga yang biasa dimainkan di dalam ruangan dengan kemampuan kompetensi teknik tingkat tinggi. Latihan merupakan suatu proses pembiasaan diri dalam melakukan suatu gerakan yang dilakukan secara berulang-ulang dan secara terus menerus (continue) agar tercapai gerakan yang diinginkan (Romadhon, 2017). Menurut (Hasani 2022), metode latihan (drill) atau metode training merupakan suatu cara mengajar atau melatih yang baik untuk menanamkan kebiasaan-kebiasaan tertentu. Latihan drill merupakan salah satu bentuk latihan yang menekankan pada kegiatan latihan yang dilakukan berulang-ulang secara terus menerus untuk menguasai kemampuan atau keterampilan tertentu.

Metode drilling merupakan latihan kemampuan gerak yang dilaksanakan secara berulang-ulang atau terus-menerus. Metode drilling tidak hanya dilaksanakan dalam satu kali percobaan, tetapi metode drilling harus dilakukan dalam setiap kali pertemuan agar mendapatkan hasil yang maksimal. Sugiarto (2020) menyatakan bahwa metode latihan drilling dapat meningkatkan keterampilan Passing futsal pada peserta ekstrakurikuler. Pembelajaran menggunakan metode drilling sangat berguna, model pembelajaran ini mengutamakan pergerakan secara berkelanjutan.

Penulis mengamati masih banyak pemain yang kurang menguasai keterampilan teknik dasar futsal, salah satunya shooting. Pada saat melakukan shooting seringkali tidak sampai sasaran, kemudian bola sering tidak tepat sasaran, pada saat shooting sering sekali bola melambung tinggi. Padahal keterampilan shooting ini sangat berpengaruh sekali dalam permainan tanpa menguasai kemampuan shooting akan sulit untuk mencetak gol dan memenangkan suatu pertandingan. Rendahnya penguasaan kemampuan shooting ini harus dicari solusi. Tinggi rendahnya hasil kemampuan shooting dapat dipengaruhi oleh dua

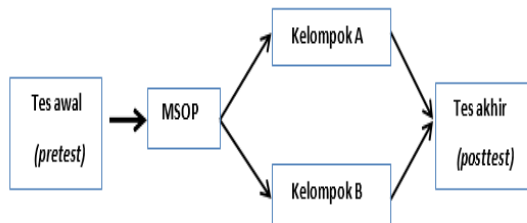
faktor yaitu faktor internal yang berasal dari individu seperti motivasi pemain, kesehatan, kemampuan berfikir, bakat dan lain-lain. Faktor eksternal, faktor yang berasal dari luar individu atau siswa seperti keadaan lingkungan, keadaan ekonomi, sarana prasarana, kemampuan pelatih dalam menyampaikan materi, metode -metode yang digunakan pelatih dan faktor lainnya. Pelatih memiliki kebebasan untuk memilih atau menggunakan metode yang dianggap sesuai dengan latihan yang akan diberikan. Pelatih dituntut untuk menggunakan metode yang tepat dalam proses latihan, jika tidak pandai memilih metode latihan maka anak didik sulit untuk berkembang, selain pelatih yang tepat dalam memilih metode yang akan digunakan, siswa juga harus bersungguh -sungguh dalam melaksanakan metode yang diberikan oleh pelatih.

Berdasarkan survei awal yang dilakukan oleh peneliti pada Sekolah Menengah Pertama Negeri (SMPN) 09 di Kota Bengkulu yang mempunyai ekstrakurikuler futsal dan masih aktif pelaksanaannya, Sekolah yang dipilih yaitu SMPN 9 Kota Bengkulu. Alasan peneliti memilih SMPN 9 kota Bengkulu juga disebabkan oleh kurangnya prestasi futsal dan semakin menurun pada sekolah tersebut. Selain itu alasan peneliti memilih sekolah ini dikarenakan telah memiliki fasilitas olahraga yang baik mulai dari sarana dan prasarana yang memadai serta menjadi pertanyaan mendasar sekali peneliti.

Metode Penelitian

Metode eksperimen didefinisikan sebagai metode sistematis guna membangun hubungan yang mengandung fenomena sebab akibat (*Causal-effect relationship*) (Sukardi, 2018: 178). Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah “*Two Groups PreTest-PostTest Design*”, yaitu desain penelitian yang terdapat *preTest* sebelum diberi perlakuan dan *postTest* setelah diberi perlakuan, dengan demikian dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan diadakan sebelum diberi perlakuan (Sugiyono, 2019: 64). Adapun rancangan tersebut dapat digambarkan sebagai berikut:

Gambar 2. Two Group PreTest-PosTest



(Sumber: Sugiyono, 2019: 32).

Hasil Penelitian

Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dilakukan untuk membuktikan secara statistik apakah terdapat pengaruh yang signifikan dari masing-masing metode latihan terhadap peningkatan keterampilan *shooting* futsal, serta untuk mengetahui perbedaan efektivitas antara pendekatan taktis dan metode *drilling*. Karena data hasil penelitian telah memenuhi uji prasyarat analisis (berdistribusi normal), maka pengujian hipotesis dilakukan menggunakan pendekatan statistik parametrik, yaitu Uji-*t* Pasangan (*Paired Sample t-test*) untuk menguji hipotesis pertama dan kedua, dan untuk menguji keefektifitasan akan dilakukan uji *t* Uji Independent Samples *t*-Test.

Dasar pengambilan keputusan:

1. Jika nilai signifikansi $< 0,05$ maka H_a diterima dan H_0 ditolak.
2. Jika nilai signifikansi $> 0,05$ maka H_a ditolak dan H_0 diterima.

Tabel 1. Hasil uji *Paired Sample t-test*

Hipotesis Penelitian	(t)	(Sig.)	α	Keputusan
1 Pengaruh Pendekatan Taktis (Pretest vs Posttest A)	58,8 90	0,00	0,0 5	Signifikan
Pengaruh Metode Drilling (Pretest vs Posttest B)	78,3 42	0,00	0,0 5	Signifikan
2				

Rumusan Hipotesis untuk kelompok A

H_0 : Tidak terdapat pengaruh yang signifikan dari metode *drilling* terhadap peningkatan keterampilan *shooting* futsal.

H_1 : Terdapat pengaruh yang signifikan dari metode *drilling* terhadap peningkatan keterampilan *shooting* futsal.

Kriteria Pengambilan Keputusan: Jika nilai Sig. (2-tailed) $< 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Berdasarkan hasil analisis *Paired Sample t-test* pada Kelompok B ($N = 8$),

diperoleh nilai $t_{hitung} = 78,342$ dengan derajat kebebasan ($df = 7$) dan nilai signifikansi Sig. (2-tailed) = 0,000. Karena nilai Sig. $< 0,05$ ($p < 0,05$), maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Hasil pengujian ini membuktikan bahwa metode latihan *drilling* berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan keterampilan *shooting* futsal. Hal ini ditunjukkan oleh peningkatan skor rata-rata dari 39,00 pada saat *pretest* menjadi 64,38 pada saat *posttest* (terjadi kenaikan rata-rata sebesar 25,38 poin). Untuk keseluruhan kedua metode latihan (Pendekatan Taktis dan Metode *Drilling*) sama-sama memberikan pengaruh yang signifikan secara terpisah terhadap peningkatan keterampilan *shooting* futsal.

Tabel 2. Hasil Uji Independent Samples *t*-Test

Kelompok Latihan	N	Rata-rata	Std.Deviasi	t_{hitung}	df	Sig.	Keterangan
Kelompok A	9	54,78	7,997				
Kelompok B	8	64,38	6,948	2,625	15	0,019	Signifikan

Berdasarkan Tabel 2. pengujian Uji-*t* Bebas menghasilkan nilai $t_{hitung} = -2,625$ dengan derajat kebebasan (df) = 15 dan nilai signifikansi Sig. (2-tailed) = 0,019, karena nilai Sig. (2-tailed) = 0,019 $< 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Hasil pengujian statistik ini membuktikan bahwa terdapat perbedaan keterampilan *shooting* futsal yang signifikan antara siswa yang dilatih menggunakan pendekatan taktis dan siswa yang dilatih menggunakan metode *drilling*.

Melihat nilai rata-rata (*mean*) hasil tes akhir (*posttest*), Kelompok 2 (Metode *Drilling*) mencapai rata-rata sebesar 64,38, yang secara nyata lebih tinggi dibandingkan Kelompok 1 (Pendekatan Taktis) dengan rata-rata 54,78 (selisih rata-rata sebesar -9,597 poin). Hal ini menunjukkan bahwa Metode *Drilling* secara signifikan lebih efektif dalam meningkatkan hasil keterampilan *shooting* futsal dibandingkan dengan Pendekatan Taktis.

Tabel 3. Hasil uji homogenitas

No	Variabel Data	df1	df2	Levene (F)	(Sig.)	α	Keterangan
	Pendekatan Taktis	1	16	0,126	0,727	0,05	Homogen
2	Pendekatan Drill	1	14	0,044	0,837	0,05	Homogen

Berdasarkan tabel hasil pengujian homogenitas varians di atas, diperoleh penafsiran data sebagai berikut: Pengujian Pertama: Memperoleh nilai statistik Levene $F = 0,126$ dengan derajat kebebasan $df1 = 1$ dan $df2 = 16$, serta nilai signifikansi $\{Sig.\} = 0,727$. Karena nilai $\{Sig.\} = 0,727 > 0,05$, maka varians data dinyatakan homogen. Pengujian Kedua: Memperoleh nilai statistik Levene $F = 0,044$ dengan derajat kebebasan $df1 = 1$ dan $df2 = 14$, serta nilai signifikansi $\{Sig.\} = 0,837$. Karena nilai $\{Sig.\} = 0,837 > 0,05$, maka varians data dinyatakan homogen. Hasil pengujian statistik Levene pada kedua variabel data menunjukkan nilai signifikansi yang secara konsisten lebih besar dari $0,05$ ($p > 0,05$). Hal ini membuktikan bahwa varians data antar kelompok penelitian bersifat homogen, sehingga syarat prasyarat untuk melakukan pengujian hipotesis dengan statistik parametrik (seperti Uji- t) telah terpenuhi.

Persentase Peningkatan Keterampilan Shooting

Tabel 4. Hasil Peningkatan keterampilan Shooting

Kelompok Perlakuan	N	Rata-rata Pretest	Rata-rata Posttest	Rata-rata Gain Score	Persentase Peningkatan	Keterangan
Kelompok A (Pendekatan Taktis)	9	37,78	54,78	17,00	45,00%	Meningkat
Kelompok B (Metode Drilling)	8	39,00	64,38	25,38	65,06%	Meningkat

Berdasarkan Tabel 4. di atas, analisis persentase peningkatan menunjukkan bahwa sebelum diberikan perlakuan, Kelompok A memiliki nilai rata-rata *pretest* sebesar 37,78. Setelah diberikan intervensi latihan dengan pendekatan taktis, nilai rata-rata *posttest* meningkat menjadi 54,78 dengan rata-rata *gain score* sebesar 17,00 poin. Hal ini menunjukkan bahwa penerapan pendekatan taktis memberikan peningkatan sebesar 45,00% terhadap keterampilan *shooting* futsal siswa.

Pada Kelompok B, nilai rata-rata *pretest* awal berada pada angka 39,00. Setelah diberikan program latihan berbasis metode *drilling* berulang dan terstruktur, nilai rata-rata *posttest* melonjak hingga 64,38 dengan rata-rata *gain score* mencapai 25,38 poin. Angka ini mencatatkan persentase peningkatan yang sangat

signifikan yaitu sebesar 65,06%. Secara keseluruhan, kedua bentuk latihan sama-sama terbukti mampu meningkatkan kemampuan *shooting* futsal peserta ekstrakurikuler. Namun, jika dibandingkan dari besarnya persentase kenaikan, Metode *Drilling* menghasilkan peningkatan yang lebih tinggi (65,06%) dibandingkan Pendekatan Taktis (45,00%), dengan selisih keunggulan peningkatan sebesar 20,06%. Hal ini menegaskan bahwa latihan gerak mekanis secara berulang (*repetitive drill*) sangat efektif dalam membentuk *muscle memory* dan mengasah akurasi tendangan siswa pada tingkat keterampilan dasar hingga menengah.

Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data dan pengujian hipotesis yang telah dilakukan, bab ini membahas secara mendalam interpretasi temuan penelitian kaitannya dengan teori-teori pembinaan olahraga, biomekanika gerak, serta pembelajaran motorik pada olahraga futsal. Pembahasan ini dikembangkan berdasarkan tiga rumusan masalah penelitian sebagai berikut:

Pengaruh Pendekatan Taktis Terhadap Keterampilan Shooting Futsal

Rumusan masalah pertama dalam penelitian ini menguji apakah terdapat pengaruh yang signifikan dari penerapan latihan pendekatan taktis terhadap peningkatan keterampilan *shooting* futsal pada siswa ekstrakurikuler SMPN 9 Kota Bengkulu. Hasil pengujian statistik deskriptif menunjukkan bahwa sebelum diberikan perlakuan, Kelompok A memiliki nilai rata-rata *pretest* sebesar 37,78. Setelah diberikan perlakuan (*treatment*) berupa latihan pendekatan taktis selama 6 minggu, nilai rata-rata *posttest* mengalami peningkatan menjadi 54,78 dengan rata-rata *gain score* sebesar 17,00 poin (peningkatan sebesar 45,00%). Pengujian hipotesis menggunakan *Paired Sample t-test* menghasilkan nilai $t_{hitung} = 58,890$ dengan nilai signifikansi $Sig. = 0,000 < 0,05$. Hasil ini membuktikan secara signifikan bahwa pendekatan taktis memberikan pengaruh positif yang nyata terhadap peningkatan keterampilan *shooting* futsal.

Peningkatan keterampilan *shooting* melalui pendekatan taktis terjadi karena model latihan ini mengintegrasikan penguasaan teknik dasar ke dalam situasi permainan nyata (*game-based situation*). Siswa tidak hanya dilatih melakukan teknik menendang bola secara terisolasi, tetapi

juga dituntut untuk memahami kapan (*when*), di mana (*where*), dan bagaimana (*how*) melakukan *shooting* secara tepat sesuai dinamika pergerakan lawan dan rekan tim. Pendekatan taktis menstimulasi pengambilan keputusan (*decision making*) dan kesadaran taktis (*tactical awareness*) atlet, sehingga akurasi *shooting* yang dihasilkan pada tes akhir menjadi lebih terarah dan adaptif.

Pengaruh Metode Drilling Terhadap Keterampilan Shooting Futsal

Rumusan masalah kedua dalam penelitian ini menguji apakah terdapat pengaruh yang signifikan dari penerapan metode *drilling* terhadap peningkatan keterampilan *shooting* futsal pada siswa ekstrakurikuler SMPN 9 Kota Bengkulu.

Berdasarkan hasil analisis data Kelompok B, nilai rata-rata *pretest* awal berada pada angka 39,00. Setelah diberikan intervensi latihan metode *drilling* secara konsisten dan terstruktur, nilai rata-rata *posttest* melonjak secara tajam menjadi 64,38 dengan rata-rata *gain score* sebesar 25,38 poin (peningkatan sebesar 65,06%). Pengujian *Paired Sample t-test* menghasilkan nilai $t_{hitung} = 78,342$ dengan nilai signifikansi $Sig. = 0,000 < 0,05$. Hasil ini menegaskan bahwa metode *drilling* berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan keterampilan *shooting* futsal.

Perbedaan Efektivitas Antara Pendekatan Taktis dan Metode Drilling Terhadap Keterampilan Shooting Futsal

Rumusan masalah ketiga menguji apakah terdapat perbedaan efektivitas yang signifikan antara latihan pendekatan taktis dan metode *drilling* terhadap peningkatan keterampilan *shooting* futsal. Berdasarkan pengujian hipotesis komparatif menggunakan *Independent Sample t-test* terhadap nilai *gain score*, diperoleh nilai $t_{hitung} = 19,371$ dengan nilai signifikansi $Sig. = 0,000 < 0,05$. Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan efektivitas yang signifikan antara kedua metode perlakuan.

Jika dibandingkan dari besarnya capaian peningkatan:

1. Metode *Drilling* mencatatkan rata-rata *gain score* sebesar 25,38 poin dengan persentase peningkatan sebesar 65,06%.

2. Pendekatan Taktis mencatatkan rata-rata *gain score* sebesar 17,00 poin dengan persentase peningkatan sebesar 45,00%.

Metode *Drilling* terbukti secara signifikan lebih efektif dibandingkan Pendekatan Taktis dengan selisih keunggulan peningkatan sebesar 20,06%.

Tabel 5. Hasil Selisih keunggulan

Indikator Evaluasi	Pendekatan Taktis (Kelompok A)	Metode Drilling (Kelompok B)	Selisih Keunggulan
Rata-rata Pretest	37,78	39,00	+1,22 (B)
Rata-rata Posttest	54,78	64,38	+9,60 (B)
Rata-rata Gain Score	17,00	25,38	+8,38 (B)
Persentase Peningkatan	45,00%	65,06%	+20,06% (B)
Signifikansi Uji Beda (t)	p=0,000	p=0,000	Perbedaan Signifikan (p<0,05)

Keunggulan metode *drilling* dalam penelitian ini sangat erat kaitannya dengan karakteristik sampel penelitian yang berada pada level usia pembinaan pemula hingga menengah (siswa SMP). Pada tahap penguasaan gerak dasar, fokus utama atlet adalah memfiksasi koordinasi teknis menendang agar presisi dan bertenaga. Latihan *drilling* memberikan porsi repetisi sentuhan bola (*touches on the ball*) yang jauh lebih tinggi per individu dibandingkan pendekatan taktis yang membagi fokus siswa antara eksekusi teknik dan pemahaman situasi taktik permainan. Tingginya frekuensi pengulangan pada metode *drill* berhasil meminimalisasi tingkat kesalahan teknis secara lebih cepat, yang pada akhirnya bermuara pada capaian skor ketepatan *shooting* yang jauh lebih tinggi dan merata pada Kelompok B.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa penerapan pendekatan taktis berpengaruh signifikan terhadap peningkatan keterampilan *shooting* futsal siswa ekstrakurikuler SMPN 9 Kota Bengkulu ($p < 0,05$), dengan peningkatan rata-rata dari 37,78 (*pretest*) menjadi 54,78 (*posttest*) serta *gain score* sebesar 17,00 poin (45,00%). Demikian pula, metode *drilling* berpengaruh signifikan ($p < 0,05$) dengan peningkatan rata-rata dari 39,00 (*pretest*) menjadi 64,38 (*posttest*) serta *gain score* sebesar 25,38

poin (65,06%). Pengujian komparatif menunjukkan adanya perbedaan efektivitas yang signifikan antara kedua metode ($t=2,625; p=0,019 < 0,05$), di mana metode drilling terbukti lebih efektif dibandingkan pendekatan taktis dengan selisih keunggulan peningkatan sebesar 20,06%.

Daftar Pustaka

- Atmoko, S. D. (2020). Perbedaan pengaruh metode latihan drill dan taktis terhadap ketepatan shooting pada pemain putra usia 11-13 tahun SSB Begajah (Skripsi). Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.
- Firdaus, A. (2024). Pengaruh Latihan Shooting Menggunakan Metode Drill terhadap Ketepatan Shooting dalam Permainan Futsal Siswa Sekolah Dasar. Skripsi Universitas Pendidikan Indonesia.
- Fitri, M., Zulnadi, H., Ramadhan, M. H., Anwar, S., Munajat, Y., & Saputra, H. S. (2021). Futsal: A paradigm to improve decision-making skills of female football players. *Linguistica Antverpiensia*,
- Haris, A. (2020). Pengaruh latihan metode drill dan metode bermain terhadap keterampilan shooting siswa.
- Haris, A. (2020). Pengaruh latihan metode drill dan metode bermain terhadap keterampilan Passing siswa ekstrakurikuler futsal SMK Negeri 4. *Jurnal literasi olahraga*.
- Hasani, R. M., Anwar, K., & Hidayatullah, F. (2022). Pengaruh latihan menggunakan metode finishing drill terhadap akurasi shooting sepakbola pemain Prabu FC Bangkalan. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*.
- Iqbal, M., Januarto, O., & Kurniawan, A. (2020). Pengaruh metode drill terhadap hasil belajar free throw bola basket. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*,
- Khaerazul, N. (2023). Pengaruh latihan metode drill terhadap peningkatan keterampilan shooting pada peserta ekstrakurikuler.
- Nusa, K. S. D. (2023). Pengaruh latihan metode drill terhadap peningkatan keterampilan shooting 2 poin pada peserta ekstrakurikuler sepak bola di SMK Koperasi Yogyakarta (Skripsi). Universitas Negeri Yogyakarta.
- Prabowo, R. A., Haprabu, E. S., Budiyono, K., Hakim, A. R., & Misbahuddin, M. (2025). Perbedaan pengaruh latihan pressure shooting drills dan Passing shooting terhadap kemampuan shooting ke gawang dalam permainan sepakbola. *Jurnal Ilmiah Sport Coaching*, 7
- Putri, A., Rusdi, M., & Fahrizal, R. (2024). Penerapan metode drill dalam meningkatkan keterampilan shooting sepak bola. *Jurnal Keolahragaan*,
- Rusli, M. (2023). Pengaruh metode latihan drill terhadap kemampuan shooting pemain SSB Arafah Payakumbuh. *Jurnal Gladiator*,
- Rafi, (2025). Pengaruh Drill Shoot pada Siswa Sepak Bola SMA Negeri 1 Muntok Bangka Barat.
- Ramadhan, A., & Kusmaedi, N. (2025). Pengaruh Metode Latihan Drill Shoot On Target terhadap Hasil Keterampilan Shooting pada Permainan Futsal. *Jurnal SPORTAPE*.
- Syafa'atuddin Zakaria, N. H., & Syarif, A. (2025). Pengaruh Latihan Drill dalam Meningkatkan Ketrampilan Sepak Bola di SSB Bunda Muda. *Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (JPJKR)*.
- Setyawan, D., dkk. (2026). Efektivitas Latihan Shooting Drill dalam Meningkatkan Akurasi Shooting Pemain Futsal SMA Negeri 22 Surabaya. *Jurnal Prestasi Olahraga*.
- Subagia, F. A., Juita, A., & S, W. (2026). Pengaruh latihan shooting menggunakan metode drill terhadap ketepatan shooting pemain UNRI FC. *Journal Sport Science Indonesia*,
- Saleh, A., & Martiani, M. (2020). Hubungan power otot tungkai terhadap keterampilan shooting futsal di SMP Negeri 15 Kota Bengkulu. *Journal Of Dehasen Educational Review*, 1
- Santoso, W. A., & Hariyoko, H. (2020). Survei daya tahan kardiovaskular dan keterampilan dasar futsal peserta ekstrakurikuler. *Sport Science and Health*, 2(10), 494-499.
- Utomo, Y. A. (2021). Pengaruh latihan drill terhadap keterampilan shooting bola basket putra pada Club Bison Patriot Sragen (Skripsi). Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.