



**Upaya Meningkatkan Teknik Dasar
Dribbling Bola Futsal Dengan Metode
Latihan Dril Variasi Passing Pada Peserta
Didik Di Sdn 32 Kabupaten Rejang Lebong**



Agil Ferdiansyah¹, Titi Ajayati², Roni Syaputra³

^{1,2,3} Universitas Dehasen Bengkulu

Corresponding Author: ferdiansyahagil001@gmail.com

Abstract

The purpose of this study is to improve basic futsal dribbling techniques using a dribbling drill variation training method for students at SDN 32 Rejang Lebong District. The study involved 20 subjects. The method used in this study was classroom action research. The research procedure consisted of four stages: planning, implementation, observation, and reflection. From the first cycle, after calculations were made, the results showed an improvement in the “very good” category with 5 participants (25%), the “good” category with 7 participants (35%), the ‘average’ category with 6 participants (30%), and 2 participants in the “poor” category. The number of participants who achieved mastery in the first cycle was 12 participants, representing 60%. After implementing the intervention through drill-based learning using a ball and zig-zag movements without a ball, the second cycle yielded results showing an improvement, with 12 participants in the “very good” category, 5 participants in the ‘good’ category, and 3 participants in the “average” category. The number of participants who achieved proficiency in the second cycle was 17 participants in the very good category, representing 85% of the students at SDN 32 Rejang Lebong District. It can be concluded that there is an improvement in dribbling skills through the use of learning interventions among students at SDN 32 Rejang Lebong District.

Keyword: *Dribbling, Learning modification, Futsal.*

Abstrak

Tujuan Penelitian ini yaitu Upaya Meningkatkan Teknik Dasar Dribbling Bola Futsal dengan Metode Latihan Drill Variasi Dribbling pada Peserta Didik di SDN 32 Kabupaten Rejang Lebong. Dengan subjek penelitian berjumlah 20 orang. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas. Prosedur penelitiannya melalui 4 tahapan dimulai dari tahap perencanaan, pelaksanaan, observasi, refleksi. Dari siklus pertama setelah dilakukan perhitungan maka diperoleh hasil peningkatan dalam klasifikasi baik sekali sebanyak 5 peserta dengan persentase 25%, dalam klasifikasi baik 7 peserta dengan persentase 35% , dalam klasifikasi sedang 6 peserta dengan persentase 30% dan 2 peserta dikategori kurang. Peserta yang tuntas pada siklus pertama yaitu sebanyak 12 peserta dengan persentase 60%. Setelah dilakukan tindakan melalui pembelajaran *drill* menggunakan bola dan gerak zig-zag tanpa bola. Pada siklus ke dua, didapatkan hasil bahwa ada peningkatan dengan jumlah peserta dalam klasifikasi baik sekali sebanyak 12 peserta, klasifikasi baik 5 peserta dan 3 peserta dalam klasifikasi sedang. Jumlah peserta dengan nilai tuntas pada siklus ke dua sebanyak 17 peserta dalam kategori baik sekali dengan persentase 85% pada Peserta Didik di SDN 32 Kabupaten Rejang Lebong. Dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh peningkatan *Dribbling* dengan menggunakan pembelajaran pada Peserta Didik di SDN 32 Kabupaten Rejang Lebong.

Kata Kunci: Dribbling, Modifikasi Pembelajaran, Futsal.

Pendahuluan

Olahraga merupakan bagian penting dalam pendidikan yang berperan dalam mengembangkan aspek fisik, mental, dan sosial peserta didik. Salah satu cabang olahraga yang semakin populer di kalangan siswa sekolah dasar adalah futsal. Futsal tidak hanya mengajarkan keterampilan teknis, tetapi juga menanamkan nilai-nilai seperti kerja sama tim, disiplin, dan sportivitas. Dalam konteks pembelajaran pendidikan jasmani, futsal menjadi salah satu sarana yang efektif untuk membangun keterampilan motorik peserta didik. Dalam permainan futsal, penguasaan teknik dasar seperti dribbling, Dribbling, dan shooting menjadi kunci utama untuk mencapai performa permainan yang baik. Teknik Dribbling, khususnya, memegang peranan penting karena berfungsi untuk menjaga aliran permainan dan menciptakan peluang mencetak gol. Dribbling yang tepat membutuhkan kemampuan koordinasi, kekuatan tendangan, dan pemahaman terhadap posisi rekan setim. Oleh karena itu, pembelajaran Dribbling menjadi salah satu aspek yang harus mendapatkan perhatian dalam pembelajaran futsal.

Namun, berdasarkan pengamatan awal di SDN 32 Kabupaten Rejang Lebong, kemampuan Dribbling peserta didik masih tergolong rendah. Hal ini terlihat dari operan yang tidak akurat, kesulitan mengontrol kekuatan tendangan, serta kurangnya kerja sama tim dalam permainan. Masalah ini diduga dipengaruhi oleh metode latihan yang kurang bervariasi, keterbatasan sarana, serta minimnya pengulangan teknik Dribbling secara terstruktur. Jika dibiarkan, kondisi ini dapat menghambat perkembangan keterampilan futsal peserta didik.

Metode latihan drill variasi Dribbling merupakan salah satu pendekatan yang dapat digunakan untuk mengatasi masalah tersebut. Metode ini melibatkan latihan teknik Dribbling dengan berbagai variasi yang dirancang untuk meningkatkan akurasi, konsistensi, dan pemahaman taktis peserta didik. Dengan pendekatan yang terstruktur dan menarik, peserta didik dapat lebih termotivasi untuk berlatih, sekaligus memperbaiki kekurangan dalam kemampuan Dribbling mereka.

Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (PTK) yang bertujuan untuk meningkatkan teknik dasar Dribbling bola futsal melalui metode latihan *drill* variasi *Dribbling* pada peserta didik di SDN 32 Kabupaten Rejang Lebong. Penelitian tindakan kelas dipilih karena dapat memberikan solusi praktis terhadap permasalahan yang dihadapi dalam proses pembelajaran, khususnya dalam meningkatkan keterampilan teknis siswa.

Penelitian ini dilaksanakan di SDN 32 Kabupaten Rejang Lebong. Waktu pelaksanaan penelitian direncanakan selama dua bulan, dimulai dari bulan Maret hingga April 2025. Kegiatan penelitian dilakukan selama jam pelajaran pendidikan jasmani dan olahraga. Desain penelitian ini menggunakan model siklus yang terdiri dari empat tahap, yaitu perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Setiap siklus akan dievaluasi untuk mengetahui perkembangan keterampilan Dribbling siswa dan menentukan apakah perlu dilakukan siklus berikutnya.

Hasil Penelitian

1. Hasil drill pada siklus II

Tabel 1 Pengkategorian skala nilai siklus 2

No	Klasifikasi	Nilai
1	Baik Sekali	66 – 100
2	Baik	53 – 65
3	Sedang	41 – 52
4	Kurang	30 – 40

Adapun hasil penelitian dari kemampuan tes *dribbling* bola futsal pada peserta ekstrakurikuler futsal kelas V SDN 32 Kabupaten Rejang Lebong pada siklus II dengan Pembelajaran drill dapat dilihat dari tabel berikut :

Tabel 2 Distribusi frekuensi hasil siklus II

No	Kategori	Siklus II		Klasifikasi
		F	%	
1	66 – 100	12	60%	Baik sekali
2	53 – 65	5	25%	Baik
3	41 – 52	3	15%	Sedang
4	30 – 40	0	0	Kurang
Jumlah		20	100	

Keterangan :

$$\text{Nilai \%} = \frac{\text{Jumlah responden}}{\text{Jumlah keseluruhan subjek}} \times 100$$

Setelah kembali diambil tindakan pada siklus kedua yang dilakukan sebanyak 2 kali pertemuan dan pelaksanaan Pembelajaran drill bola futsal pada peserta ekstrakurikuler bola futsal kelas V SDN 32 Kabupaten Rejang Lebong yang dilakukan sebanyak 4 kali pertemuan pada siklus kedua telah menunjukkan hasil bahwa terdapat 12 peserta dengan persentase (60%) dalam klasifikasi (baik sekali). 5 peserta dengan persentase (25%) dalam klasifikasi (baik) dan 3 peserta dengan persentase (15%) (sedang). Dan tidak ada lagi peserta dengan klasifikasi kurang. Berdasarkan hasil dari kemampuan peserta dalam melakukan *dribbling* zig-zag bola futsal dapat disimpulkan bahwa ada peningkatan setelah dilakukannya tindakan melalui modifikasi Pembelajaran Drill Variasi Passing tanpa bola dan menggunakan bola futsal dengan intensitas, dan peningkatan pengawasan pembelajaran *dribbling*. Pada siklus kedua banyak ditemukan peserta yang tuntas berjumlah 17 peserta dan peserta dengan predikat baik sekali sebanyak 12 peserta dengan persentase (85%).

Refleksi

Berdasarkan hasil data dari penelitian siklus pertama dan siklus kedua dapat dilihat kemampuan kelas V SDN 32 Kabupaten Rejang Lebong dalam mendribbling bola futsal melalui modifikasi pembelajaran zig-zag tanpa bola dan memakai bola sudah ada perubahan dan peningkatan melalui 2 siklus. Dapat disimpulkan bahwa keterampilan kelas V SDN 32 Kabupaten Rejang Lebong dalam menggiring bola futsal dengan menggunakan modifikasi pembelajaran zig-zag sudah tuntas dengan persentase 85%, sehingga tidak perlu lagi dilanjutkan ke siklus selanjutnya atau siklus ke 3.

Pembahasan

Pembahasan Siklus I dan 2

Berdasarkan analisis data pada penelitian ini dapat dilihat bahwa ketuntasan hasil belajar telah dicapai dengan sekali pengulangan materi pembelajaran melalui Pembelajaran *drill* variasi *passing* pada peserta ekstrakurikuler bola futsal kelas V SDN 32 Kabupaten Rejang Lebong dapat dikatakan meningkat pada siklus I dengan kategori sedang dengan jumlah peserta yang

tuntas sebanyak 12 peserta dengan persentase 60%. Hal tersebut belum bisa dikatakan berhasil dikarenakan belum memenuhi kualitas nilai standar 75% dari keseluruhan peserta.

Sedangkan keterampilan peserta dalam melakukan *dribbling* bola futsal pada siklus II sangat meningkat dengan baik dibandingkan dengan nilai pada siklus pertama, dimana pada siklus ke II peserta dengan kategori (baik sekali) berjumlah 12 peserta sedangkan dengan kategori (baik) berjumlah 5 peserta dan 3 peserta masih belum mencapai kualitas belajar *dribbling*. Dengan jumlah keseluruhan peserta yang tuntas berjumlah 17 peserta dengan persentase (85%). Ketercapaian peningkatan *dribbling* bola futsal pada peserta ekstrakurikuler bola futsal kelas V SDN 32 Kabupaten Rejang Lebong, tidak lepas dari kerja keras para peserta dalam melakukan pembelajaran *dribbling* dengan berulang-ulang. Pada saat pembelajaran *dribbling* dilakukan peserta benar-benar belajar untuk bisa dalam melakukan *dribbling* bola futsal dengan baik.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas (PTK) yang telah dilakukan selama dua siklus terhadap peserta ekstrakurikuler bola futsal kelas V SDN 32 Kabupaten Rejang Lebong, dapat disimpulkan bahwa:

1. Penerapan metode Pembelajaran *Drill* Variasi *Dribbling* terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan *dribbling* bola futsal siswa. Hal ini terlihat dari peningkatan hasil belajar dari siklus I ke siklus II.
2. Pada siklus I, sebanyak 60% siswa dinyatakan tuntas dengan kategori hasil belajar "sedang". Namun, masih terdapat 40% siswa yang belum mencapai ketuntasan, sehingga dilakukan perbaikan tindakan pada siklus II.
3. Setelah tindakan pada siklus II, hasil keterampilan *dribbling* meningkat secara signifikan, dengan 85% siswa dinyatakan tuntas dan tidak ada lagi siswa yang berada pada kategori "kurang".
4. Peningkatan hasil belajar tidak terlepas dari perbaikan dalam strategi pembelajaran, yaitu peningkatan intensitas latihan, pengawasan yang lebih ketat, serta pemberian motivasi dan peran siswa tuntas sebagai model dalam pembelajaran.

Dengan demikian, penggunaan metode drill dengan variasi Dribbling dapat dijadikan sebagai alternatif yang efektif dalam meningkatkan keterampilan dribbling bola futsal siswa.

Daftar Pustaka

- Ardiansyah, R. (2020). *Metode Latihan Drill dalam Olahraga Futsal*. Jakarta: Gramedia.
- FIFA. (2016). *Futsal Laws of the Game*. Zurich: FIFA.
- Haryono, B. (2018). *Teknik Dasar Futsal untuk Pemula*. Bandung: Alfabeta.
- Nugroho, A. (2019). *Keterampilan Dasar Futsal*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Prasetyo, D. (2019). *Variasi Latihan Futsal*. Surabaya: Unesa Press.
- Raharjo, T. (2017). *Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar*. Jakarta: RajaGrafindo Persada.
- Ramadhan, F. (2020). *Strategi Bermain Futsal yang Efektif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Schmidt, R. A., & Lee, T. D. (2014). *Motor Control and Learning: A Behavioral Emphasis*. Champaign: Human Kinetics.
- Setiawan, I. (2018). *Kerja Sama Tim dalam Futsal*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Sudjana, S. (2017). *Dasar-dasar Permainan Futsal*. Bandung: Alfabeta.
- Suherman, A. (2018). *Perkembangan Motorik Anak Sekolah Dasar*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Suryana, A. (2020). *Pengaruh Latihan Drill terhadap Keterampilan Passing Futsal*. Jakarta: Media Sport.
- Wijaya, K. (2021). *Latihan Fisik untuk Atlet Futsal*. Bandung: Alfabeta.
- Yulianto, D. (2021). *Peningkatan Keterampilan Futsal melalui Variasi Latihan*. Surabaya: Unesa Press.
- Arifin, M., & Asfani, K. (2014). Instrumen penelitian. *Applied Microbiology And Biotechnology*, 85(1), 2071-2079.
- Afif, G. M., Amirudin, A., & Arifin, R. (2024). Tingkat Kelincahan dan Teknik

Dribbling Siswa pada Ekstrakurikuler Futsal. *JURNAL PENJAKORA*, 11(1), 8-15.

- Xotorik (2022). *Pengaruh Latihan Circuit Training Daya Tahan Untuk Meningkatkan Kesegaran Jasmani Pemain Sepak Bola U-12 di SSB Abhiseva Bengkulu Tengah*. Universitas Bengkulu
- Yusuf, A. (2005). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: remaja Rosdakarya