

**PENGARUH METODE BAGIAN DAN KESELURUHAN TERHADAP
PENINGKATAN AKURASI *SHOOTING* PADA PEMAIN
FUTSAL UKM UNY**

E-JOURNAL

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan



Oleh:
Fitrian Agung Yudhistomo
NIM. 14602241082

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2019**

PERSETUJUAN

Jurnal yang berjudul "Pengaruh Metode Bagian dan Keseluruhan terhadap Peningkatan Akurasi *Shooting* pada Pemain Futsal UKM UNY" yang disusun oleh Fitriani Agung Yudhistomo, NIM. 14602241082 ini telah disetujui oleh pembimbing dan *reviewer*.

Pembimbing

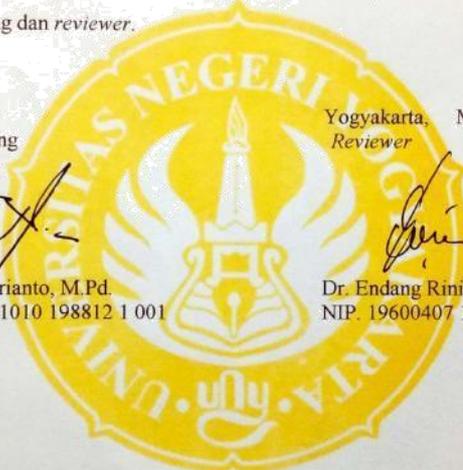


Subagyo Irianto, M.Pd.
NIP. 19621010 198812 1 001

Yogyakarta, Mei 2019
Reviewer



Dr. Endang Rini Sukamti, M.S.
NIP. 19600407 198601 2 001



PENGARUH LATIHAN BURPEE DAN DEPTH JUMP TERHADAP PENINGKATAN POWER TUNGKAI SISWA SEKOLAH SEPAKBOLA JATAYU WATUKELIR SUKOHARJO KU 13-14 TAHUN

PENGARUH METODE BAGIAN DAN KESELURUHAN TERHADAP PENINGKATAN AKURASI SHOOTING PADA PEMAIN FUTSAL UKM UNY

Oleh : Fitrian Agung Yudhistomo, Pendidikan Kepelatihan FIK UNY
Email : fitrian.agung@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh metode bagian dan keseluruhan terhadap peningkatan akurasi *shooting* pada pemain futsal UKM UNY. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan desain “*two groups pre-test-post-test design*”. Populasi dalam penelitian ini adalah pemain futsal putra UKM UNY yang berjumlah 20 orang, yang diambil menggunakan teknik *total sampling*. Seluruh sampel tersebut dikenai *pretest* akurasi *shooting* untuk menentukan kelompok *treatment*, diranking nilai *pretest*-nya, kemudian dipasangkan (*matched*) dengan pola A-B-B-A dalam dua kelompok dengan anggota masing-masing 10 orang. Instrumen menggunakan tes akurasi *shooting* futsal menggunakan punggung kaki, dengan validitas sebesar 0,978 dan reliabilitas sebesar 0,989. Analisis data menggunakan uji t taraf signifikansi 5%. Hasil penelitian menunjukkan bahwa (1) Ada pengaruh yang signifikan metode bagian terhadap peningkatan akurasi *shooting* pada pemain futsal UKM UNY, dengan $t_{hitung} 6,946 > t_{tabel} 2,262$, dan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$, dan kenaikan persentase sebesar 28,88%. (2) Ada pengaruh yang signifikan metode keseluruhan terhadap peningkatan akurasi *shooting* pada pemain futsal UKM UNY, dengan $t_{hitung} 5,823 > t_{tabel} 2,262$, dan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$, dan kenaikan persentase sebesar 19,46%. (3) Metode bagian lebih baik daripada metode keseluruhan terhadap peningkatan akurasi *shooting* pada pemain futsal UKM UNY, dengan selisih rata-rata *posttest* sebesar 1,8.

Kata kunci: metode bagian, metode keseluruhan, akurasi *shooting*

Abstract

This research aims to identify the effects of part and whole method in increasing the shooting accuracy for the players of UNY Futsal Club. This research's method is experimental research with two groups pre-test post-test as its design. The population for this research is 20 players from the UNY male futsal club, and they were chosen using the total sampling technique. All the samples are given a pretest in the form of shooting accuracy in order to determine the treatment group, the result of the test was ranked, and then matched with the A-B-B-A cycle into two groups, consisting of 10 members each. This research uses the instep as its research instrument, with the validity of 0,978 and reliability of 0,989. This research uses T-test as its data analysis technique, with the significance level of 5%. The result of this research shows that (1) there is a significance effects on the use of part method in increasing the shooting accuracy of the players, with the T-count $6,946 > T\text{-table } 2.262$, and the significance value $0,000 < 0,05$, and the increasing number of the percentage as much as 28,88%. (2) there is a significance effect on the use of whole method in increasing the shooting accuracy of the players, with T-count $5,823 > T\text{-table } 2,262$, and the significance value $0,000 < 0,05$, and the increasing of the percentage as much as 19,46%. (3) The part method is better than the whole method in increasing the shooting accuracy of the players, with the post-test mean difference of 1,8.

Keywords: part method, whole method, shooting accuracy

PENDAHULUAN

Permainan futsal merupakan permainan olahraga beregu yang membutuhkan kerjasama tim dalam sebuah regu. Permainan futsal selain membutuhkan keterlibatan kerjasama dalam sebuah tim, permainan ini juga membutuhkan teknik individu. Dalam permainan futsal terlibat beberapa unsur penguasaan keterampilan di antaranya keterampilan teknik, pemahaman taktik, kebugaran jasmani, dan mental.

Setiap pemain futsal harus mempunyai keterampilan bermain yang baik. Keterampilan dasar bermain futsal pada dasarnya tidak jauh berbeda dengan sepakbola. Keterampilan dasar tersebut berupa keterampilan dengan bola maupun tanpa bola. Pada usia di bawah 13 tahun penekanan latihan berpusat pada penyempurnaan teknik, sehingga materi yang diberikan berhubungan dengan teknik yang diaplikasikan dalam bermain. Teknik dasar yang dikembangkan dalam futsal juga tidak jauh berbeda dengan sepakbola. Teknik tersebut di antaranya menendang, mengoper, menahan, dan memasukkan bola ke gawang. Ukuran lapangan futsal yang lebih kecil, jumlah pemain yang sedikit, dan gerakan yang lebih cepat membuat jumlah gol lebih banyak. Permainan futsal lebih menekankan pada kemampuan (*skills*), sehingga taktik dan strategi mudah diterapkan dalam permainan ini. Dibandingkan dengan permainan sepakbola, pemain futsal harus menguasai keterampilan permainan lebih baik. Penguasaan keterampilan bermain membutuhkan pembinaan yang teratur dan terarah, sehingga pemain futsal dapat bermain dengan baik.

Peningkatan kecakapan bermain futsal tentu saja tidaklah mudah. Tidak hanya frekuensi latihan saja, namun juga dibutuhkan metode yang tepat. Teknik dasar futsal

memang tidak sebanyak dalam sepakbola, namun dalam pelaksanaannya, pemain harus memiliki kemampuan prima untuk bisa memainkan olahraga ini dengan baik. Jaya (2008: 4) menyatakan futsal adalah suatu jenis olahraga yang memiliki aturan tegas tentang fisik. *Sliding tackle* (menjegal dari belakang), *body charge* (benturan badan), dan aspek kekerasan lain seperti dalam permainan sepakbola tidak diizinkan dalam futsal.

Senada dengan pendapat tersebut, Murhananto (2006: 6) menyatakan futsal adalah permainan yang sangat cepat dan dinamis. Dari segi lapangan yang relatif kecil hampir tidak ada ruang untuk membuat kesalahan. Diperlukan kerja sama antar pemain lewat *passing* yang akurat, bukan mencoba untuk melewati lawan. Kerja sama antar pemain merupakan faktor yang sangat diperlukan untuk menunjang permainan tim yang baik. Dalam bermain futsal tidak lagi penting siapa yang mencetak gol, namun kerjasama dan kolektivitas tim yang tinggi akan mengangkat prestasi sebuah tim.

Futsal adalah cabang olahraga permainan yang diadopsi dari permainan sepakbola, oleh karena itu teknik dasar bermain futsal tidak berbeda dengan teknik dasar bermain sepakbola. Teknik tersebut di antaranya *passing*, *shooting*, *controlling*, *chipping*, dan *dribbling*. Salah satu *skill* yang dibutuhkan para pemain adalah tendangan keras dan terarah ke gawang yang sering disebut *shooting*. *Shooting* ke arah gawang dibutuhkan untuk mencetak skor dari setiap pertandingan. *Shooting* mempunyai ciri khas yaitu bola yang sangat keras dan cepat serta sangat sulit diantisipasi oleh penjaga gawang. Namun *shooting* yang baik memadukan antara kekuatan, ketepatan atau akurasi serta keyakinan dan konsentrasi untuk mencetak gol. *Shooting* adalah teknik yang sangat penting dalam permainan futsal karena tujuan

utamanya untuk menciptakan gol. Pemain yang memiliki *shooting* yang baik dan akurat akan mudah untuk menciptakan gol terutama pada saat melakukan penalti. Penguasaan *shooting* yang baik akan mempermudah menciptakan gol atau memasukkan bola ke gawang lawan.

Lhaksana (2011: 34) menyatakan *shooting* merupakan cara untuk menciptakan gol, ini disebabkan seluruh pemain memiliki kesempatan untuk menciptakan gol dan mengembangkan permainan atau pertandingan. *Shooting* dapat dilakukan dengan berbagai cara yaitu dengan menggunakan punggung kaki, ujung kaki, kaki bagian dalam. Namun, *shooting* dengan punggung kaki lebih efektif dan sering dilakukan oleh para pemain. Pemain harus dapat melakukan *shooting* dengan baik dan akurat di bawah tekanan permainan dan waktu yang terbatas, ruang yang sempit, fisik yang lelah dan juga penjagaan dari lawan (Lhaksana, 2011: 105).

Berdasarkan observasi yang dilakukan peneliti, didapatkan hasil bahwa pemain futsal UKM UNY belum menguasai teknik *shooting* bermain futsal dengan baik. Permasalahan yang sering dihadapi oleh adalah *shooting* kurang akurat dan maksimal, sehingga tidak tepat sasaran dan tidak terarah. Hal ini dapat dilihat pada saat melakukan tendangan dan masih jarang menghasilkan gol. Masalah yang sering terjadi, ketika bertanding yaitu pemain sering sekali dalam melakukan *shooting* tidak tepat sasaran yang diinginkan, bahkan bolanya melambung tinggi. *Shooting* adalah salah satu teknik yang memegang peranan penting. Karena tujuan dari *shooting* itu sendiri adalah untuk memasukkan bola ke gawang lawan dengan tujuan untuk memperoleh poin untuk merubah keadaan atau yang sering disebut dengan skor.

Mengatasi hal tersebut, perlu diberikan suatu metode latihan yang tepat agar ketepatan akurasi *shooting* meningkat. Metode latihan adalah prosedur dan cara pemilihan jenis latihan dan penataannya menurut kadar kesulitan kompleksitas dan berat badan (Nossek, 1995: 15). Tujuan dari perencanaan suatu latihan adalah untuk mengembangkan keterampilan dan performa atlet. Metode latihan yang digunakan yaitu metode latihan keseluruhan. Metode keseluruhan pada umumnya diterapkan untuk mempelajari suatu keterampilan yang sederhana. Seperti dikemukakan Harsono (2015: 142) bahwa, “Apabila keterampilan olahraga yang diajarkan itu sifatnya sederhana dan mudah dimengerti maka keterampilan tersebut sebaiknya diajarkan secara keseluruhan, dan setiap teknik bagian hanya dilatih secara khusus apabila atlet atau subjek selalu membuat kesalahan pada teknik bagian tersebut”.

Metode latihan yang sesuai sangat dibutuhkan untuk penguasaan teknik dasar bermain futsal, sehingga perlunya diberikan metode latihan yang tepat untuk memperbaiki gerakan teknik dasar bermain futsal tersebut, yaitu melalui metode bagian dan metode keseluruhan. Sugiyanto (1997: 67) menyatakan, “Metode bagian merupakan cara pendekatan dimana mula-mula siswa diarahkan untuk mempraktikkan sebagian demi sebagian dari keseluruhan rangkaian gerakan, dan setelah bagian-bagian gerakan dikuasai baru mempraktikkannya secara keseluruhan”. Metode bagian diharapkan dapat membantu dalam memperbaiki dan meningkatkan kemampuan teknik dasar futsal pada proses latihan.

Lutan (2002: 411) menyatakan, “Metode keseluruhan memberikan keuntungan maksimal jika yang dipelajari ialah gerakan yang sederhana”. Metode

keseluruhan pada dasarnya sangat cocok atau relevan untuk mempelajari keterampilan yang sederhana. Namun demikian, apabila pada bagian-bagian tertentu terdapat kompleksitas atau gerakan yang sulit, maka dapat diajarkan secara khusus apabila siswa seringkali melakukan kesalahan. Berdasarkan permasalahan di atas, maka penulis ingin melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh Metode Bagian dan Keseluruhan terhadap Peningkatan Akurasi *Shooting* pada Pemain Futsal UKM UNY”.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah eksperimen. Metode eksperimen didefinisikan sebagai metode sistematis guna membangun hubungan yang mengandung fenomena sebab akibat (*Causal-effect relationship*) (Sukardi, 2015: 178). Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah “*Two Groups Pretest-Posttest Design*”.

Waktu dan Tempat Penelitian

Tempat penelitian yaitu di Hall Bulutangkis Universitas Negeri Yogyakarta. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Februari-Maret 2019. Pemberian perlakuan (*treatment*) dilaksanakan sebanyak 16 kali pertemuan, dengan frekuensi 4 kali dalam satu Minggu, yaitu hari Selasa, Rabu, Jum’at, dan Minggu.

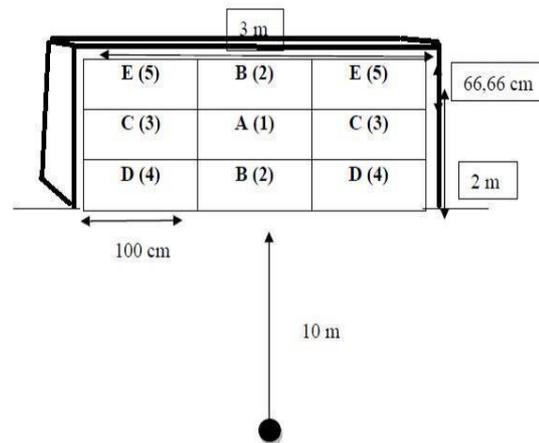
Target/Subjek Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah pemain futsal putra UKM UNY yang berjumlah 20 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah pemain futsal putra UKM UNY yang diambil menggunakan teknik *total sampling*. Sampel dibagi menjadi dua kelompok, Kelompok A sebagai kelompok eksperimen diberi metode latihan bagian dan

kelompok B diberi metode latihan keseluruhan.

Data, Instrumen, dan Teknik Pengumpulan Data

Instrumen tes yang digunakan untuk pengukuran awal (*pretest*) maupun pengukuran akhir (*posttest*) menggunakan tes akurasi *shooting* futsal menggunakan punggung kaki, dengan validitas sebesar 0,978 dan reliabilitas sebesar 0,989. Gambar untuk tes ketepatan tendangan *shooting* dengan punggung kaki menurut Arki Taupan Maulana (2009: 36), dapat dilihat pada gambar sebagai berikut.



Gambar 10. Lapangan Tes Ketepatan Tendangan *Shooting*
(Sumber: Arki Taupan Maulana, 2009: 36)

Shooting dilakukan dari titik penalti kedua dengan jarak 10 m dari gawang dan bola ditendang menuju sasaran yang berupa gawang futsal dengan ukuran tinggi 2 m dan lebar 3 m, kemudian dibagi menjadi 9 bagian, dan setiap bagian berukuran tinggi 66,66 cm dan lebar 100 cm. Penilaian Skor 1 untuk sasaran (A), skor 2 untuk sasaran (B), skor 3 untuk sasaran (C), skor 4 untuk sasaran (D), dan skor 5 untuk sasaran (E). Jika tendangan membentur tiang gawang dan tidak masuk, maka tidak dapat nilai dan tidak boleh

diulang. Setiap testee melakukan 10 kali tendangan *shooting*.

Teknik Analisis Data

Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, maka perlu dilakukan uji prasyarat. Pengujian data hasil pengukuran yang berhubungan dengan hasil penelitian bertujuan untuk membantu analisis agar menjadi lebih baik. Untuk itu dalam penelitian ini akan diuji normalitas dan uji homogenitas data.

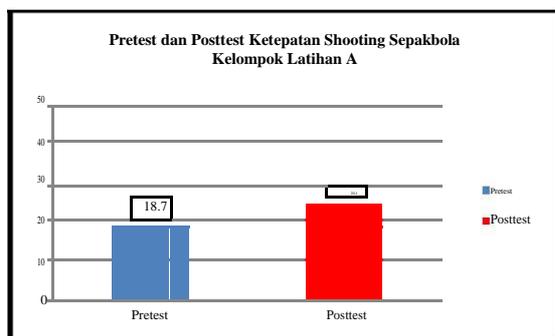
Pengujian hipotesis menggunakan uji-t dengan menggunakan bantuan program SPSS 16, yaitu dengan membandingkan *mean* antara *pretest* dan *posttest*. Apabila nilai *t* hitung lebih kecil dari *t* tabel, maka *H_a* ditolak, jika *t* hitung lebih besar dibanding *t* tabel maka *H_a* diterima.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

a. Pretest dan Posttest Ketepatan Shooting Kelompok A

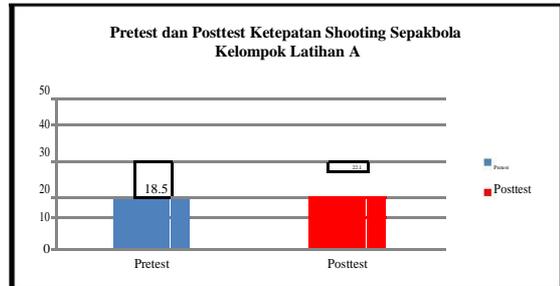
Pretest dan *posttest* ketepatan *shooting* pada pemain futsal putra UKM UNY kelompok metode latihan bagian dapat disajikan pada gambar 2 sebagai berikut:



Gambar 2. Diagram Batang Pretest dan Posttest Ketepatan Shooting pada Pemain Futsal Putra UKM UNY Kelompok Latihan A

b. Pretest dan Posttest Ketepatan Shooting Kelompok B

Pretest dan *posttest* ketepatan *shooting* pada pemain futsal putra UKM UNY kelompok metode latihan keseluruhan dapat disajikan pada gambar 3 sebagai berikut:



Gambar 3. Diagram Batang Pretest dan Posttest Ketepatan Shooting pada Pemain Futsal Putra UKM UNY Kelompok Latihan B

Hasil Uji Prasyarat

Uji Normalitas

Penghitungan uji normalitas ini menggunakan rumus *Kolmogorov-Smirnov Z*. Hasilnya disajikan pada tabel 1 sebagai berikut.

Tabel 1. Uji Normalitas

Kelompok	P	Keterangan
<i>Pretest</i> Kelompok A	0,660	Normal
<i>Posttest</i> Kelompok A	0,932	Normal
<i>Pretest</i> Kelompok B	0,556	Normal
<i>Posttest</i> Kelompok B	0,925	Normal

Dari hasil tabel 1 di atas dapat dilihat bahwa semua data memiliki nilai *p* (Sig.) > 0.05. maka variabel berdistribusi normal. Karena semua data berdistribusi normal maka analisis dapat dilanjutkan dengan statistik parametrik.

Uji Homogenitas

Kaidah homogenitas jika *p* > 0.05. maka tes dinyatakan homogen, jika *p* < 0.05. maka tes dikatakan tidak homogen. Hasil uji

homogenitas penelitian ini dapat dilihat pada tabel 2 berikut:

Tabel 2. Uji Homogenitas

Kelompok	Sig.	Keterangan
Pretest	0,873	Homogen
Posttest	0,503	Homogen

Dari tabel 2 di atas dapat dilihat nilai *pretest-posttest* sig. $p > 0.05$ sehingga data bersifat homogen. Oleh karena semua data bersifat homogen maka analisis data dapat dilanjutkan dengan statistik parametrik.

Hasil Uji Hipotesis

Hipotesis yang pertama berbunyi “Ada pengaruh yang signifikan metode bagian terhadap peningkatan akurasi *shooting* pada pemain futsal UKM UNY”, Berdasarkan hasil analisis diperoleh data sebagai berikut.

Tabel 3. Uji-t Hasil Pre-Test dan Post-Test Ketepatan Shooting Kelompok Metode Latihan Bagian

Rata-rata	t-test for Equality of means				
	t ht	t tb	Sig.	Selisih	%
18,70	6,946	2,262	0,000	5,4	28,88%
24,10					

Dari hasil uji-t dapat dilihat bahwa $t_{hitung} 6,946$ dan $t_{tabel} 2,262$ dengan nilai signifikansi p sebesar 0,000. Oleh karena $t_{hitung} 6,946 > t_{tabel} 2,262$, dan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$, maka hasil ini menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan. Dengan demikian hipotesis alternatif (H_a) yang berbunyi “Ada pengaruh yang signifikan metode bagian terhadap peningkatan akurasi *shooting* pada pemain futsal UKM UNY”, diterima.

Hipotesis yang kedua berbunyi “Ada pengaruh yang signifikan metode keseluruhan terhadap peningkatan akurasi *shooting* pada

pemain futsal UKM UNY”, Berdasarkan hasil analisis diperoleh data sebagai berikut.

Tabel 4. Uji-t Hasil Pre-Test dan Post-Test Ketepatan Shooting Kelompok Latihan Metode Keseluruhan

Rata-rata	t-test for Equality of means				
	t ht	t tb	Sig.	Selisih	%
18,50	2,753	2,262	0,022	0,8 cm	1,70%
22,10					

Dari hasil uji-t dapat dilihat bahwa $t_{hitung} 5,823$ dan $t_{tabel} 2,262$ dengan nilai signifikansi p sebesar 0,000. Oleh karena $t_{hitung} 5,823 > t_{tabel} 2,262$, dan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$, maka hasil ini menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan. Dengan demikian hipotesis alternatif (H_a) yang berbunyi “Ada pengaruh yang signifikan metode keseluruhan terhadap peningkatan akurasi *shooting* pada pemain futsal UKM UNY”, diterima.

Hipotesis ketiga yang berbunyi “Metode bagian lebih baik daripada metode keseluruhan terhadap peningkatan akurasi *shooting* pada pemain futsal UKM UNY”, dapat diketahui melalui selisih *mean* antara kelompok A dengan kelompok B. Berdasarkan hasil analisis diperoleh data sebagai berikut.

Tabel 5. Uji t Kelompok A dengan Kelompok B

Kelompok	%	t-test for Equality of means			
		t ht	t tb	Sig.	Selisih
Burpee	28,88%	1,812	2,101	0,087	1,80
Depth jump	19,46%				

Dari tabel hasil uji t di atas dapat dilihat bahwa t_{hitung} sebesar 1,812 dan $t_{tabel} (df = 18) = 2,101$, sedangkan besarnya nilai signifikansi p 0,087. Karena $t_{hitung} 1,812 < t_{tabel} = 2,101$ dan sig, $0,087 > 0,05$, berarti tidak ada perbedaan yang signifikan. Berdasarkan hasil analisis diperoleh nilai rerata selisih *posttest* kelompok

metode latihan bagian dengan rerata *posttest* kelompok metode latihan keseluruhan sebesar 1,80, dengan kenaikan persentase metode latihan bagian lebih tinggi, yaitu 28,88%. Dengan demikian menunjukkan bahwa hipotesis (H_a) yang berbunyi “Metode bagian lebih baik daripada metode keseluruhan terhadap peningkatan akurasi *shooting* pada pemain futsal UKM UNY”, diterima.

Pembahasan

Berdasarkan analisis uji *t* yang dilakukan maka dapat diketahui beberapa hal untuk mengambil kesimpulan apakah ada peningkatan akurasi *shooting* pada pemain futsal UKM UNY setelah mengikuti latihan metode bagian dan keseluruhan selama 16 kali pertemuan. Hasil penelitian dibahas secara rinci sebagai berikut:

1. Pengaruh Metode Latihan Bagian terhadap Akurasi *Shooting* pada Pemain Futsal UNY

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan metode bagian terhadap peningkatan akurasi *shooting* pada pemain futsal UKM UNY. Efektivitas peningkatan akurasi *shooting* pada pemain futsal UKM UNY sebelum dan sesudah diberikan latihan metode bagian yaitu sebesar 28,88%. Persentase tersebut menunjukkan bahwa rata-rata akurasi *shooting* pemain futsal UKM UNY pada saat *pretest* sebesar 18,7 dan meningkat pada saat *posttest* sebesar 24,10. Metode bagian merupakan cara melatih suatu keterampilan olahraga dalam hal ini teknik *shooting* yang dalam pelaksanaannya dilakukan bagian per bagian dan setelah bagian-bagian keterampilan yang dipelajari dikuasai kemudian dilakukan atau dirangkaikan secara keseluruhan. Metode bagian pada umumnya diterapkan untuk

mempelajari jenis keterampilan yang cukup sulit atau kompleks.

Metode bagian merupakan bentuk latihan keterampilan yang dilakukan secara bagian perbagian dari keterampilan yang dipelajari. Caranya dimulai dengan mengajarkan bagian-bagian terkecil dari suatu keterampilan dan akhirnya dibangun menjadi suatu keterampilan yang utuh (Prastowo, 2014: 748). Metode bagian merupakan bentuk latihan keterampilan yang dilakukan secara bagian perbagian dari keterampilan yang dipelajari. Bentuk keterampilan pembelajaran dipilah-pilah ke dalam bentuk gerakan yang lebih efisien dan sederhana (Putro, 2015: 588). Pendapat mengenai metode bagian (*part method*), Firdaus (2014: 365) menyatakan bahwa metode bagian adalah metode yang mengajarkan suatu keterampilan gerak dengan cara memecah-mecah gerak sebelum dijalin menjadi satu rangkaian gerak secara keseluruhan, sehingga metode yang diterapkan dengan cara memecah suatu latihan dalam hal ini teknik *shooting* menjadi bagian-bagian dan menggabungkannya lagi setelah pemain berhasil menguasainya dengan tujuan untuk mempermudah pemain dalam memahami teknik *shooting*.

Syafruddin (2011: 199) menyatakan metode elementer/bagian mengandung suatu pembagian/penguraian atau pengelompokkan suatu gerakan ke dalam elemen-elemen gerakan secara fungsional. Hal ini didasarkan bahwa gerakan-gerakan bagian yang dipelajari dapat disatukan menjadi suatu gerakan yang kompleks (menyeluruh) tanpa kehilangan kualitas gerakan tersebut. Penerapan metode ini memerlukan penguraian atau pengelompokkan suatu proses teknik olahraga menjadi beberapa bagian secara fungsional.

2. Pengaruh Metode Latihan Keseluruhan terhadap Akurasi Shooting pada Pemain Futsal UNY

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan metode keseluruhan terhadap peningkatan akurasi *shooting* pada pemain futsal UKM UNY. Efektivitas peningkatan akurasi *shooting* pada pemain futsal UKM UNY sebelum dan sesudah diberikan latihan metode bagian yaitu sebesar 19,46%. Persentase tersebut menunjukkan bahwa rata-rata akurasi *shooting* pemain futsal UKM UNY pada saat *pretest* sebesar 18,5 dan meningkat pada saat *posttest* sebesar 22,10. Pelaksanaan latihan secara keseluruhan yaitu, pertama-tama dijelaskan mengenai gerak dasar *shooting* yang baik dan benar meliputi sikap awal, gerakan pelaksanaan, dan gerak lanjutan. Bagian-bagian gerakan *shooting* tersebut dijelaskan secara terperinci dan didemonstrasikan. Selanjutnya pemain melakukan gerakan *shooting* secara langsung dari sikap awal sampai gerak lanjutannya secara berulang-ulang.

Metode global/keseluruhan menurut Syafruddin (2011: 198) “metode global bertolak dari keseluruhan gerakan suatu teknik dan mencoba untuk menemukan/mendapatkan teknik tersebut melalui proses belajar”. Pada saat proses latihan atlet tidak mempelajari teknik secara terpisah, melainkan mereka melakukan gerakan secara menyeluruh. Menurut Lutan (2002: 411) menyatakan “metode keseluruhan memberikan keuntungan jika yang dipelajari ialah gerakan yang sederhana”. Berkaitan dengan metode keseluruhan Sugiyanto (1997: 67) menyatakan, “Metode keseluruhan adalah cara pendekatan dimana sejak awal pelajar diarahkan untuk mempraktekkan keseluruhan rangkaian gerakan yang dipelajari”. Suhendro (2009: 3.56) menjelaskan bahwa, “Metode

keseluruhan adalah metode yang menitikberatkan kepada keutuhan dari bahan pelajaran yang ingin disampaikan”. Metode keseluruhan pada umumnya diterapkan untuk mempelajari suatu keterampilan yang sederhana.

Ditambahkan Harsono (2015: 142) bahwa, “Apabila keterampilan olahraga yang diajarkan itu sifatnya sederhana dan mudah dimengerti maka keterampilan tersebut sebaiknya diajarkan secara keseluruhan, dan setiap teknik bagian hanya dilatih secara khusus apabila siswa atau subyek selalu membuat kesalahan pada teknik bagian tersebut”. Mahendra (2007: 273-275) menyatakan bahwa metode global atau metode keseluruhan atau *whole method* adalah suatu cara mengajar yang beranjak dari yang umum ke yang khusus. Dalam mengajarkan keterampilan gerak atau permainan, maka bentuk yang utuh atau keseluruhan diajarkan terlebih dahulu kemudian dipecah-pecahkan menjadi bagian-bagian.

3. Perbandingan Latihan Metode Bagian dan Keseluruhan terhadap Akurasi Shooting pada Pemain Futsal UNY

Berdasarkan hasil analisis, menunjukkan bahwa metode bagian lebih baik daripada metode keseluruhan terhadap peningkatan akurasi *shooting* pada pemain futsal UKM UNY, dengan selisih rata-rata *posttest* sebesar 1,8. Persentase peningkatan akurasi *shooting* pada kelompok latihan metode bagian sebesar 28,88% sedangkan pada kelompok metode keseluruhan sebesar 19,46%. Metode latihan merupakan cara pelatih menyampaikan materi latihan berupa aktivitas fisik dan teknik, dalam hal ini metode latihan yang tepat akan terlihat dari cepat lambatnya pemain melakukan materi latihan yang diberikan sesuai dengan yang diinstruksikan pelatih. Hasil penelitian tersebut diperkuat oleh penelitian Yulianto

(2016) yang menyatakan bahwa ada perbedaan pengaruh antara metode bagian dan metode keseluruhan terhadap peningkatan *shooting* sepakbola. Pengaruh metode bagian lebih baik dari pada praktik bermain. Ditambahkan hasil penelitian Subarna (2015) dalam hasil penelitiannya menunjukkan bahwa pembelajaran dengan metode bagian lebih berpengaruh secara berarti daripada metode keseluruhan terhadap peningkatan penguasaan keterampilan *spike* dalam permainan bolavoli pada ekstrakurikuler bola voli MA Plus Al Munir Kabupaten Sumedang.

Metode bagian sangat membantu pemain yang masih salah dalam mempelajari rangkaian gerakan *shooting*. Mengantisipasi kesalahan teknik *shooting* tersebut perlu dilakukan semacam penyederhaan terlebih dahulu dari gerakan yang akan dipelajari menjadi bagian perbagian, dari fase awalan, pelaksanaan, dan *followthrough*, sehingga mudah dipahami dan dipelajari oleh pemain. Pendekatan ini akan menjadi baik (efektif) jika bagian perbagian dari gerakan yang dipelajari dan dipahami atau dikuasai terlebih dahulu kemudian digabungkan menjadi suatu gerakan yang utuh menjadi sebaliknya metode ini menjadi tidak efektif apabila pemain langsung mempelajari gerakan secara utuh (Adiesta & Tuasikal, 2017: 32). Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa untuk melatih teknik *shooting* lebih cocok menggunakan metode bagian. Karena dalam teknik *shooting* memiliki fase-fase gerakan yang dapat dilatih secara terpisah. Sehingga ketika komponen-komponen atau fase-fase itu dilatih secara berkesinambungan dan terprogram maka akan menghasilkan ketepatan *shooting* yang maksimal juga.

Simpulan dan Saran

Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data, deskripsi, pengujian hasil penelitian, dan pembahasan, dapat diambil kesimpulan, yaitu:

1. Ada pengaruh yang signifikan metode bagian terhadap peningkatan akurasi *shooting* pada pemain futsal UKM UNY, dengan $t_{hitung} 6,946 > t_{tabel} 2,262$, dan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$, dan kenaikan persentase sebesar 28,88%.
2. Ada pengaruh yang signifikan metode keseluruhan terhadap peningkatan akurasi *shooting* pada pemain futsal UKM UNY, dengan $t_{hitung} 5,823 > t_{tabel} 2,262$, dan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$, dan kenaikan persentase sebesar 19,46%.
3. Metode bagian lebih baik daripada metode keseluruhan terhadap peningkatan akurasi *shooting* pada pemain futsal UKM UNY, dengan selisih rata-rata *posttest* sebesar 1,8.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian maka kepada pelatih dan para peneliti lain, diberikan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi peneliti selanjutnya agar melakukan karantina, sehingga dapat mengontrol aktivitas yang dilakukan sampel di luar latihan secara penuh.
2. Bagi para peneliti yang bermaksud melanjutkan atau mereplikasi penelitian ini disarankan untuk melakukan kontrol lebih ketat dalam seluruh rangkaian eksperimen.
3. Bagi peneliti yang ingin melakukan penelitian lebih lanjut agar dapat menjadikan penelitian ini sebagai bahan informasi dan dapat meneliti dengan jumlah populasi serta sampel yang lebih banyak dan berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- Adiesta, R & Tuasikal, A.R.S. (2017). Penggunaan metode bagian (part method) terhadap hasil keterampilan dribble dan shooting per menit bola basket. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, Volume 05, Nomor 03 Tahun 2017, 483 – 489.
- Firdaus, H. (2014). Perbandingan metode pembelajaran bagian (*part-method*) dan metode pembelajaran keseluruhan (*whole-method*) terhadap kemampuan siswa dalam melakukan smash bola voli. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*. Volume 02 Nomor 02 Tahun 2014, 363-369.
- Harsono. (2015). *Kepelatihan olahraga. (teori dan metodologi)*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Jaya, A. (2008). *Futsal: gaya hidup, peraturan, dan tips-tips permainan*. Yogyakarta: Pustaka Timur.
- Lhaksana, J. (2011). *Taktik & strategi futsal modern*. Jakarta: Penebar Swadaya Group.
- Lutan, R. (2002). *Dasar-dasar kepelatihan*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional.
- Mahendra, A. (2007). *Modul teori belajar mengajar motorik*. Bandung: FPOK UPI Bandung.
- Murhananto. (2006). *Dasar-dasar permainan futsal (Sesuai dengan Peraturan FIFA)*. Jakarta: PT.Kawan Pustaka.
- Nosse, Y. (1995). *Teori umum latihan*. (Terjemahan: M. Furqon). Logos: Pan African Press Ltd. (Buku asli diterbitkan tahun 1992).
- Prastowo, G. (2014). Pengaruh metode pembelajaran part practice terhadap hasil belajar shooting bola basket. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*. Volume 02 Nomor 03, Tahun 2014, 747 – 749.
- Putro, B.L. (2015). Perbandingan metode part practice dengan metode whole practice dalam pembelajaran shooting bola basket. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*. Volume 02 Nomor 02 Tahun 2015, 586-590.
- Subarna. (2015). Perbandingan pengaruh metode bagian dengan metode keseluruhan terhadap hasil pembelajaran *spike* dalam permainan bola voli pada ekstrakurikuler bola voli MA Plus Al Munir Kabupaten Sumedang. *Jurnal Multilateral*, Volume 14, No. 2.
- Sugiyanto SD. (1997). *Perkembangan dan Belajar Motorik*. Jakarta: Depdikbud.
- Suhendro, A. (2009). *Dasar-dasar kepelatihan*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Sukardi. (2015). *Evaluasi pendidikan*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Syafruddin. (2011). *Pengantar ilmu melatih*. Padang: FPOK IKIP.
- Yulianto, P.F. (2010). Perbedaan pengaruh pendekatan pembelajaran metode bagian dan keseluruhan terhadap peningkatan *dribble shooting* sepakbola ditinjau dari koordinasi mata-kaki. *Jurnal Ilmiah SPIRIT*, Vol. 16 No. 1.