

**PENGARUH METODE LATIHAN BERBASIS *GAME-BASED LEARNING* TERHADAP
PENINGKATAN TEKNIK *SHOOTING* ANAK USIA 11-12 TAHUN SEKOLAH SEPAK BOLA
PUTRA EVO AGUNG**

Muhammad Haris Ramadana, Imam Syafi'i

S1 Pendidikan Kepeleatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Surabaya

email: ramadanaharis@gmail.com

**Dikirim: 20-11-2025; Direview: 20-11-2025; Diterima: 20-11-2025;
Diterbitkan: 20-11-2025**

Abstrak

Penelitian ini mengkaji pengaruh metode *Game-Based Learning* terhadap peningkatan teknik shooting anak usia 11–12 tahun di Sekolah Sepak Bola Putra Evo Agung. Sepak Bola adalah olahraga yang sangat populer secara global, dan *shooting* merupakan teknik fundamental yang krusial untuk mencetak gol. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain pra – eksperimen, khususnya desain *one-group pretest* dan *posttest*. Desain ini memungkinkan pengukuran perubahan kemampuan *shooting* setelah intervensi. Subjek penelitian adalah 16 pemain laki-laki berusia 11–12 tahun dari SSB Putra Evo Agung, yang lahir antara tahun 2013–2014. Data dikumpulkan menggunakan tes *Shooting at the Ball* yang dimodifikasi, yang dikembangkan oleh Fauzi (2009). Modifikasi tersebut meliputi penambahan papan rebound untuk mensimulasikan situasi bola dinamis. Analisis statistik deskriptif menunjukkan peningkatan skor *shooting* rata – rata dari *pretest* (15.56) ke *posttest* (29.75), disertai penurunan standar deviasi dan varians, yang mengindikasikan performa yang lebih homogen setelah intervensi. Uji normalitas (Shapiro – Wilk) mengkonfirmasi bahwa data *pretest* dan *posttest* terdistribusi normal (Sig. > 0,05). Uji-t sampel berpasangan menunjukkan perbedaan signifikan antara skor *pretest* dan *posttest* (Sig. (2 – tailed) = 0.001, yang kurang dari 0.05). Hal ini menunjukkan bahwa metode *Game-Based Learning* memiliki dampak positif yang signifikan terhadap kemampuan *shooting* pemain.

Kata Kunci: *Game-Based Learning*, Sepak Bola, Kemampuan *Shooting*

Abstract

This study investigates the influence of the Game-Based Learning (GBL) method on improving the shooting technique of 11–12 years old children at the Putra Evo Agung Football School. Football is a globally popular sport, and shooting is a fundamental technique crucial for scoring goal. The research employed a quantitative approach with a pre-experimental design, specifically a one-group pretest and posttest design. This design allows for the measurement of changes in shooting ability after the intervention. The study subjects were 16 male players aged 11–12 years old from SSB Putra Evo Agung, born between 2013–2014. Data was collected using a modified Shooting at the Ball test developed by Fauzi (2009). The modification included adding a rebound board to simulate dynamic ball. Descriptive statistical analysis showed an increase in the mean shooting score from pretest (15.56) to posttest (29.75), along with a decrease in the standard deviation and variance, indicating more homogeneous performance after the intervention. Normality tests (Shapiro – Wilk) confirmed that both pretest and posttest data were normally distributed (Sig. > 0.05). A paired sample t-test revealed a significant difference between pretest and posttest scores (Sig. (2 – tailed) = 0.001, which is less than 0.05). This indicates that the Game – Based Learning method had a significant positive impact on the shooting ability of the players.

Keywords: *Game-Based Learning*, Football, Shooting Ability

1. PENDAHULUAN

Sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga paling populer di dunia yang dimainkan oleh dua tim dengan tujuan utama permainan sepak bola yaitu memasukkan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri agar tidak kebobolan. Permainan ini tidak hanya digemari oleh kalangan dewasa, tetapi juga sangat diminati oleh anak – anak dan remaja dari berbagai usia. Dalam regulasi permainan, jumlah pemain menyesuaikan dengan kelompok usia, untuk usia 14 tahun ke atas dimainkan oleh 11 pemain tiap tim, sedangkan untuk kelompok usia 13 tahun ke bawah dapat memainkan format level *grassroots* dengan 7 hingga 9 pemain.(Mulyana, 2021).

Dalam olahraga sepak bola ada 4 unsur komponen yang harus dikuasai dalam sepak bola fisik, teknik, taktik dan mental semua diperlukan penguasaan 4 unsur tersebut karena akan membantu atlet berkembang dan meningkatkan prestasinya. Permasalahan teknik menjadi faktor penentu permainan sepak bola dalam menciptakan suatu permainan yang bagus dan efektif sangat diperlukan untuk atlet menguasai teknik dasar yaitu *passing* (mengumpan bola), *dribbling* (menggiring bola), *shooting* (menendang bola), *controlling* (menghentikan bola), *heading* (menyundul bola) untuk menguasai semua teknik dasar ini dilakukan dengan pengulangan latihan secara teratur karena kemampuan teknik dasar sepak bola adalah modal utama seseorang untuk bermain sepak bola (Utomo & Indarto, 2021).

Salah satu teknik dasar yang harus dikuasai pemain yaitu *shooting* atau teknik menendang bola merupakan salah satu ketrampilan paling penting dalam permainan sepak bola. Namun, pada kenyataannya kemampuan *shooting* masih menjadi permasalahan yang kerap dijumpai, baik ditingkat pemain junior maupun profesional. Banyak pemain muda yang belum memiliki teknik *shooting* yang baik, mulai dari akurasi, kekuatan tendangan, hingga pengambilan keputusan saat berada di depan gawang. Kelemahan ini berdampak pada rendahnya efektivitas serangan dan pencapaian gol dalam pertandingan (Husni & Irawadi, 2019). Permasalahan ini tidak hanya terjadi pada pemain usia dini, tetapi juga dapat terlihat pada pemain profesional. Misalnya, pada level nasional, beberapa *striker* seperti Ramadhan Sananta sempat menjadi sorotan karena beberapa peluang emas yang gagal dikonversi menjadi gol akibat teknik *shooting* yang belum maksimal, baik dari segi akurasi maupun ketenangan dalam penyelesaian akhir. Kondisi ini menunjukkan bahwa ketrampilan *shooting* perlu mendapat perhatian serius dalam program latihan, karena menentukan hasil akhir pertandingan. Pentingnya *shooting* disepak bola, perlu dilakukan upaya untuk meningkatkan ketepatan tendangan *shooting* untuk menyempurnakan ketrampilan teknik yang dimiliki pemain. Pemain sepak bola harus mampu menguasai berbagai macam teknik dasar bermain sepak bola para pemain harus dilatih dengan baik

dan benar. Dengan pemain menguasai teknik dasar para pemain bisa bermain sepak bola dengan baik secara individu maupun tim. (Sugiono et al., 2024).

Dalam teknik *shooting* pemain sepak bola harus juga memperhatikan target akurasi saat menendang bola, target atau akurasi adalah ketrampilan untuk menggerakkan suatu objek agar tepat sasaran, sehingga tujuannya tercapai dengan baik dan tepat. (Suharno, 2003). Studi yang diterbitkan dalam *international journal of performance analysis in sport* (2016), menyatakan bahwa pemain sub elit yang ingin meningkatkan performa mereka perlu terlebih dahulu meningkatkan target akurasi *shooting* sebelum meningkatkan aspek lainnya. Bagi orang yang baru bermain bola akan sering kali melakukan *shooting* tidak tepat sasaran, Untuk bisa menendang bola dengan akurasi yang baik pemain harus tahu tempat perkenaan bola dengan kaki, dan tumpuan yang tepat, Pemain juga harus memiliki kaki yang kuat untuk melakukan tendangan jarak dan arah yang diinginkan. (Nurani, 2024).

Berdasarkan observasi yang dilakukan pada hari di salah satu tournament yang diselenggarakan SSB HBS dalam rangka *Aniversary* HBS Cup 2025, terlihat bahwa SSB Putra Evo Agung usia 11-12 tahun mengalami kesulitan dalam melakukan *shooting*, terutama saat melakukann *shooting* bola tidak mengarah ke gawang, *shotting* masih lemah terutama bola jalan dan ada tekanan dari lawan atau setelah akselerasi. Berdasarkan pengamatan dipelatihan SSB Putra Evo Agung problem permasalahannya Model yang diberikan pelatih saat itu tampaknya tidak sesuai dengan anak usia 11-12 tahun cenderung secara konvensional, monoton, dan cenderung membosankan. Untuk meningkatkan ketrampilan *shooting*, diperlukan model latihan yang sesuai dengan kelompok umur tersebut yaitu, *Game-Based Learning* latihan untuk membantu meningkatkan ketrampilan teknik *shooting*, melatih cara melakukan akurasi, *shooting* dalam permainan seperti saat situasi pertandingan.

Game-Based Learning merupakan pendekatan secara inovatif dalam pembelajaran yang memanfaatkan berbagai unsur-unsur permainan untuk meningkatkan pemahaman dan keterlibatan siswa dalam pembelajaran atau pelatihan yang menggunakan elemen permainan untuk mengajarkan suatu ketrampilan tertentu dan mencapai hasil ketrampilan tertentu. (Wulandari & Safitri, 2024). Tujuan dan manfaat Pendekatan *Game-Based Learning* terhadap teknik *shooting* meningkatkan pengambilan keputusan, pemain belajar menyesuaikan teknik *shooting* berdasarkan posisi, kecepatan dan tekanan dari lawan. Mengembangkan target akurasi dan ketepatan *shooting* mensimulasikan situasi nyata, di mana pemain harus menyesuaikan teknik *shooting* mereka dengan cepat dengan arah bola yang bergerak. *Game based learning* memungkinkan anak untuk belajar melalui aktivitas yang menyerupai permainan, sehingga dapat meningkatkan motivasi mereka saat berlatih. Dalam konteks latihan sepak bola, metode ini dapat digunakan untuk mengajarkan *shooting* melalui simulasi permainan kecil yang menggabungkan elemen

kompetisi, kreativitas, dan kerja sama. Di sekolah sepak bola (SSB) latihan konvensional yang hanya berfokus pengulangan teknik sering kali kurang efektif bagi anak usia dini karena sifatnya monoton. Oleh karena itu penelitian ini bertujuan untuk menganalisis penerapan metode *Game-Based Learning* dalam latihan *shooting* sepak bola untuk anak usia 11-12, dengan harapan meningkatkan efektivitas pembelajaran ketrampilan ini.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, penulis berencana melakukan penelitian untuk mengevaluasi kemampuan teknik dasar *shooting* pemain SSB Putra Evo Agung dengan menggunakan metode *Game-Based Learning*. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan ketrampilan teknik *shooting* pemain. Dengan menerapkan latihan berbasis metode *Game-Based Learning* diharapkan kemampuan *shooting* pemain dapat meningkat. Penelitian ini diharapkan dapat memberi wawasan yang berguna tentang efektivitas latihan *shooting* yang berbeda dan kontribusinya terhadap peningkatan performa dan perkembangan ketrampilan teknik bermain pada pemain sepak bola SSB Putra Evo Agung.

Game-Based Learning dapat digunakan sebagai cara dalam mendukung siswa dalam menghadapi permasalahan yang ada didalam pembelajaran. GBL dapat membuat pembelajaran lebih seru, menarik, interaktif dan meningkatkan gairah belajar, mendorong peserta didik untuk lebih kreatif. (Andika et al, 2025). GBL mendorong siswa untuk belajar secara bersama – sama atau dalam kelompok, meningkatkan interaksi sosial dan kerja sama tim. Selain itu elemen kompetitif dalam permainan dapat memotivasi siswa untuk mencapai tujuan pembelajaran dengan lebih efektif (Wisaksono, 2015). *Game-Based Learning* dirancang untuk membuat proses pembelajaran lebih menarik dan menyenangkan, sehingga meningkatkan motivasi dan keterlibatan siswa, dengan adanya tujuan, aturan, sistem umpan balik, dan partisipasi sukarela dalam permainan, siswa memiliki *sense of purpose* yang mendorong mereka untuk terlibat aktif dalam pembelajaran. (Hidayat, 2018). Dalam konteks di dunia sepak bola *Game-Based Learning* adalah pendekatan pembelajaran yang menggunakan permainan sebagai media utama untuk meningkatkan keterampilan teknis, taktis, dan pemecahan masalah pemain dalam situasi pertandingan. Pendekatan ini menekankan pembelajaran melalui pengalaman bermain, bukan hanya melalui instruksi langsung. *Game-Based Learning* dalam sepak bola adalah metode latihan yang berfokus pada permainan kecil seperti (*small-side games*) yang dirancang untuk mengembangkan ketrampilan motorik, pemahaman taktik, dan pengambilan keputusan pemain dalam konteks pertandingan sebenarnya. (Light, 2013). Pendekatan *Game-Based Learning* dapat melatih pemain untuk mengambil keputusan cepat dalam kondisi Permainan yang dinamis, mereka belajar mengenali pola permainan, menentukan kapan harus mengoper, menendang, atau menggiring bola (Harvey & Jarret, 2014).

Pada usia pemain sepak bola usia 11–12 tahun masih berada dalam tahap perkembangan yang krusial, baik secara fisik, mental, maupun sosial. Pada usia ini anak – anak mengalami peningkatan kemampuan motorik dan kekuatan fisik, yang memungkinkan mereka untuk melakukan gerakan – gerakan kompleks dalam sepak bola, seperti dribbling, passing, dan shooting dengan lebih efektif. (Nurmali et al, 2021). Pada tahap ini, anak-anak mulai memahami pentingnya kerja sama dalam tim dan mulai merasakan semangat kompetisi. Mereka belajar untuk berinteraksi dengan rekan satu tim dan lawan dengan cara yang sportif. Anak-anak pada usia ini juga mulai menguasai teknik dasar sepak bola, seperti menggiring bola (*dribbling*), mengoper (*passing*), dan menendang (*shooting*). Latihan yang sesuai dengan karakteristik perkembangan usia sangat penting untuk meningkatkan keterampilan ini (Sulistio et al, 2019). Pemain usia 11-12 tahun berada dalam fase transisi dari permainan yang hanya bersifat rekreatif menuju permainan yang lebih kompetitif. Oleh karena itu, pelatih harus fokus pada peningkatan teknik dasar, pemahaman taktik sederhana, dan pengembangan mental serta sosial pemain agar mereka siap untuk level yang lebih tinggi.

Para pemain sepak bola SSB Putra Evo Agung usia 11-12 tahun memiliki karakteristik yang khas dalam pengembangan kemampuan mereka dalam olahraga sepak bola. Pada usia ini, pemain-pemain cenderung antusias menunjukkan tingkat motivasi yang tinggi terhadap sepak bola, Para pemain mempunyai semangat dan keinginan untuk terus belajar, berkembang dan meningkatkan keterampilan teknik dasar mereka. Para pemain juga memiliki tingkat keaktifan yang tinggi selama menjalani latihan dan menunjukkan antusiasme dalam mengikuti instruksi pelatih dan berpartisipasi dalam setiap sesi latihan dengan penuh semangat. Para pemain ini biasanya sudah mulai menguasai beberapa teknik dasar seperti menggiring bola, mengoper bola, mengontrol bola, dan Menendang bola dengan cukup baik, tetapi masih membutuhkan dan memerlukan pengembangan lebih lanjut terutama dalam ketrampilan teknik *shooting*. Memahami karakteristik ini penting bagi pelatih dan pendidik untuk merancang program latihan yang sesuai dengan kebutuhan dan perkembangan anak, sehingga dapat mengoptimalkan potensi mereka dalam bermain sepak bola.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan eksperimen. Sedangkan desain penelitian yang digunakan adalah *pre-experimental design one group pretest-posttest design*. Desain penelitian pre-eksperimen adalah rancangan yang meliputi hanya satu kelompok atau kelas yang diberikan pra dan pasca uji. (Sugiyono, 2014 : 109). Dengan desain penelitian *one group pretest-posttest design* maka penelitian yang dilakukan hanya pada satu kelompok saja tanpa adanya kelompok kontrol maupun pembanding. Dalam konteks penelitian ini, peneliti tertarik untuk mengidentifikasi pengaruh metode *Game-Based Learning* terhadap ketrampilan teknik *shooting* sepak

bola usia 11-12 tahun di SSB Putra Evo Agung. Metode pre-eksperimen dipilih karena dapat memberikan kontrol yang lebih baik terhadap variabel-variabel yang dapat memengaruhi hasil penelitian. (Sukardi, 2015 : 184).

Desain penelitian yang dipilih adalah *one group pretest-posttest design*. Desain ini cocok digunakan dalam penelitian pre-eksperimen di mana peneliti ingin mengukur perubahan yang terjadi setelah pemberian perlakuan atau intervensi tertentu. Dalam konteks penelitian ini, penelitian akan dilakukan dengan memberikan latihan *Game-Based Learning* kepada kelompok pemain sepak bola usia 11–12 tahun di SSB Putra Evo Agung. Sebelum diberikan metode latihan *Game-Based Learning*, dilakukan *pretest* untuk mengukur kemampuan teknik *shooting* para pemain. Setelah latihan *Game-Based Learning* selesai dilakukan *posttest* untuk mengukur perubahan kemampuan teknik *shooting* setelah intervensi. Subjek penelitian adalah individu, kelompok, objek atau fenomena yang menjadi fokus utama dalam sebuah penelitian.

Subjek penelitian ini adalah semua pemain SSB Putra Evo Agung yang berusia 11-12 tahun yang berjumlah 16 pemain. Subjek penelitian adalah sesuatu yang akan diteliti baik orang, benda ataupun lembaga organisasi yang pada dasarnya akan menjadi dasar kesimpulan dari peneliti yang dilakukan. (Afdhol : 2011). Random sampling teknik pengambilan sampel di mana peneliti memilih subjek secara acak sesuai dengan tujuan penelitian, di mana setiap anggota populasi memiliki peluang yang sama untuk dipilih. Penelitian ini akan dilaksanakan di Lapangan Putro Agung, jalan Alun Alun Rangkah, Tambaksari Surabaya. Penulis telah menetapkan 3 pertemuan dalam tiap minggu untuk penelitian ini, sesuai dengan jadwal latihan SSB Putra Evo Agung yaitu setiap hari Selasa, Sabtu, dan Minggu. Dengan demikian total jumlah pertemuan yang diberikan kepada sampel adalah 18 kali.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan pada 3 Juni - 13 Juli 2025 dengan 18 kali pertemuan di SSB Putro Evo Agung, dengan bertujuan mengidentifikasi pengaruh latihan *Game-Based Learning* terhadap kemampuan teknik *shooting* pada pemain sekolah sepak bola usia 11-12 tahun. 16 pemain sebagai subjek penelitian dan menggunakan teknik random sampling. Deskripsi data hasil penelitian meliputi nilai *pretest* dan *posttest* kemampuan *shooting* sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa latihan berbasis *Game-Based Learning*.

Tabel 1. Data Nilai *Pretest* Kemampuan *Shooting*

Nama	Kaki kanan		Kaki favorit		Kaki kiri		T-Score
Z. A	10	0	5	5	0	0	62,2
M. Z	0	0	0	9	9	0	56,7
A.FR	9	0	5	0	5	0	59,5

A.R	5	0	5	5	0	0	48,5
A.RF	5	0	9	5	0	0	59,5
E. F	0	5	0	5	9	0	59,5
F. R	0	9	5	0	0	0	45,7
A. H	0	9	10	0	0	0	59,5
I .S	0	5	5	5	0	0	48,5
E. P	0	9	0	0	0	0	31,9
M. A	0	9	0	5	0	0	45,7
B. A	9	5	0	5	0	0	59,5
A. F	5	0	5	0	0	0	34,7
M. A	9	0	0	5	0	0	45,7
B. L	5	5	0	5	0	0	48,5
F. N	0	5	0	0	0	5	34,7

Data *pretest* diperoleh melalui tes awal saat sebelum diberikan *treatment* program latihan berbasis *Game-Based Learning*. Hasil *pretest* ini menunjukkan kondisi awal kemampuan *shooting* SSB Putra Evo Agung usia 11-12 tahun.

Tabel 2. Data Nilai *Posttest* Kemampuan *Shooting*

Nama	Kaki kanan		Kaki favorit		Kaki kiri		T-Score
Z. A	10	5	5	10	0	5	69,0
M. Z	0	0	10	5	10	5	50,9
A.FR	9	5	10	0	0	9	61,7
A.R	0	10	9	10	0	0	47,3
A.RF	5	9	9	10	0	0	61,7
E. F	10	5	0	9	9	0	61,7
F. R	0	9	9	9	0	0	40,1
A. H	5	10	5	5	5	0	50,9
I .S	5	9	9	0	5	0	43,7
E. P	9	0	9	9	0	0	40,1
M. A	0	9	0	9	9	0	40,1
B. A	9	5	0	10	0	9	61,7
A. F	9	0	0	9	9	0	40,1
M. A	10	9	0	5	5	0	47,3
B. L	9	5	5	9	0	0	43,7
F. N	0	9	9	0	9	0	40,1

Setelah diberikan *treatment* program latihan berbasis *Game-Based Learning* selama 6 Minggu dengan total 18 kali pertemuan, dilakukan pengukuran kembali terhadap kemampuan teknik *shooting* para pemain melalui *posttest*. Terdapat perbedaan antara hasil *pretest* dan *posttest* kemampuan *shooting* setelah diberi program latihan berbasis *Game-Based Learning*. Hal ini menunjukkan bahwa program latihan yang diterapkan

berpengaruh terhadap peningkatan *shooting* pemain.

Tabel 3. Peningkatan Selisih Skor Kemampuan *Shooting* Pemain

Nama	Skor Pretest	Skor Posttest	Selisih Peningkatan
Z. A	20	35	15
M. Z	18	30	12
A.FR	19	33	14
A.R	15	29	14
A.RF	19	33	14
E. F	19	33	14
F. R	14	27	13
A. H	19	30	11
I. S	15	28	13
E. P	9	27	18
M. A	14	27	13
B. A	19	33	14
A. F	10	27	17
M. A	14	29	15
B. L	15	28	13
F. N	10	27	17

Berdasarkan tabel 3, diketahui bahwa semua peserta mengalami peningkatan nilai setelah diberikan program latihan berbasis *Game-Based Learning*. Peningkatan dari skor ini menunjukkan akan perkembangan kemampuan teknik *shooting* pada umumnya. Perkembangan ini ada pada diri pemain usia 11-12 tahun di SSB Putra Evo Agung. Dari tabel peningkatan skor itu, E. P merupakan seorang pemain yang mengalami peningkatan tertinggi di sana. Skor yang E. P peroleh berbeda 18 poin, yaitu dari 9 saat *pretest* menjadi 27 saat *posttest*. Ini menandakan bahwa E. P merespons terhadap latihan secara baik sekali serta mampu menyesuaikan diri pada bentuk latihan berbasis permainan yang diberikan itu. Kenaikan ini menandakan bahwa metode *Game-Based Learning* manjur dalam menstimulasi perkembangan keterampilan *shooting*, terutama dalam aspek akurasi, serta pengambilan keputusan saat situasi mirip pertandingan. Umumnya, peningkatan skor pemain rata-rata berada pada kisaran 11 sampai 18 poin, yang membuktikan program latihan berdampak positif pada kemampuan *shooting* pemain.

Tabel 4. Hasil Uji Normalitas Data

Shapiro-Wilk	Statistic	df	Sig.
<i>Pretest Kemampuan Shooting</i>	.960	16	.686
<i>Posttest Kemampuan Shooting</i>	.883	16	.053

Berdasarkan hasil analisis pada tabel di atas, diperoleh nilai signifikansi Shapiro-Wilk untuk data *pretest* sebesar 0,686 dan untuk data *posttest* sebesar 0,053. Karena kedua nilai signifikansi lebih besar 0,05

maka *pretest* dan *posttest* berdistribusi normal.

Tabel 5. Hasil Paired Sample T-Test

Paired Difference					Sig(2-tailed)
Mean	Std.D	Std Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		
			Lower	Upper	
14.333	1.839	.475	13.315	15.352	<,001

Pada tabel 5. Hasil uji *Paired Sample T-Test* diperoleh nilai selisih rata – rata (*mean diffrence*) sebesar 14.333, dan nilai signifikansi (*Sig. 2 – tailed*) < 0.001, taraf signifikansi penelitian ditetapkan $\alpha = 0,05$. Hal ini menunjukkan terdapat perbedaan antara hasil *pretest* dan *posttest* kemampuan *shooting*.

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan *Game-Based Learning* terhadap kemampuan *shooting* pemain SSB Putra Evo Agung usia 11–12 tahun. Data diperoleh melalui data tes *shooting at the ball* yang dibuat oleh Fauzi (2009), sebelum *pretest* dan sesudah *posttest* diberikan perlakuan latihan. Fauzi (2009), sebelum *pretest* dan sesudah *posttest* diberikan perlakuan latihan. Hasil yang diperoleh dianalisis menggunakan skor mentah, kemudian dikonversikan ke dalam skor T-score untuk menentukan klasifikasi kemampuan berdasarkan standar baku. Berdasarkan hasil penelitian, terdapat beberapa pemain yang mengalami penurunan nilai T-score pada *posttest* meskipun skor mentahnya mengalami peningkatan. Hal ini terjadi karena nilai T-score bersifat relatif terhadap rata-rata kelompok dan standar deviasi, bukan nilai mutlak, nilai pengukuran dapat berubah akibat perbedaan rata-rata kelompok dan sebaran data. (Sugiyono, 2018). T-score digunakan untuk menunjukkan kedudukan individu terhadap kelompok, sehingga kenaikan skor mentah tidak selalu diikuti oleh kenaikan T-score. (Sudjana, 2005). Selain itu, hasil studi intervensi olahraga di Indonesia yang menggunakan desain *pretest* dan *posttest*, meski terjadi peningkatan skor mentah, namun peneliti menekankan bahwa efek intervensi harus dilihat dari rata – rata perubahan, bukan sekedar pergeseran kategori. Hal ini memperkuat bahwa kenaikan nilai kuantitatif yang terlalu kecil tidak selalu mengubah klasifikasi secara kualitatif. (Aprilianto & Fahrizqi 2020). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa penurunan T-score pada beberapa pemain tidak berarti terjadi penurunan kemampuan secara nyata, melainkan disebabkan oleh perubahan distribusi nilai dalam kelompok. Kenaikan skor mentah tetap menunjukkan adanya peningkatan kemampuan individu, namun karena T-score mempertimbangkan rata – rata dan penyebaran skor seluruh peserta, maka hasil akhirnya bisa tampak menurun secara relatif.

Secara keseluruhan, data menunjukkan peningkatan pada kemampuan *shooting* pemain dari *pretest* ke *posttest*. Selain kenaikan skor mentah, terjadi kenaikan rata-rata skor, terjadi penurunan penurunan variasi (standar deviasi dan varians), menandakan bahwa

performa *shooting* pemain semakin meningkat setelah intervensi program latihan *Game-Based Learning*.

Analisis uji-t menggunakan *Paired Sample T-Test* dengan bantuan program statistika komputer. Uji ini digunakan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil *pretest* dan *posttest* (Putri et al., 2023). Hasil analisis menunjukkan bahwa nilai Sig. (2 – tailed) = 0,001, sedangkan taraf signifikansi penelitian ditetapkan $\alpha = 0,05$ sesuai ketentuan umum dari Ghazali (2018) dalam Aplikasi Analisis *Multivariate* dengan Program IBM SPSS → menjelaskan bahwa jika nilai Sig. < 0,05 maka H_0 ditolak dan H_a diterima.

Dengan kata lain, terdapat perbedaan antara hasil *pretest* dan *posttest* kemampuan *shooting* setelah diberi program latihan berbasis *Game-Based Learning*. Hal ini menunjukkan bahwa program latihan yang diterapkan mampu meningkatkan kemampuan *shooting* pemain secara efektif, bahwa pendekatan *Game-Based Learning* dapat meningkatkan ketrampilan teknis melalui pembelajaran berbasis permainan, yang membuat pemain termotivasi, aktif, dan kreatif dalam berlatih.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, seluruh pemain mengalami peningkatan skor mentah dari *pretest* ke *posttest*, yang menunjukkan adanya perkembangan kemampuan *shooting* setelah diberikan latihan berbasis *Game-Based Learning*. Dan nilai rata-rata pemain mengalami peningkatan, dengan rata-rata *pretest* sebesar 15.56, dan *posttest* dengan rata-rata sebesar 29.75 Terdapat peningkatan perubahan nilai rata-rata dari *pretest* ke *posttest* hal ini mengindikasikan adanya peningkatan kemampuan *shooting* setelah diberikan perlakuan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa latihan berbasis *Game-Based Learning* berpengaruh positif terhadap peningkatan kemampuan *shooting* pemain usia dini, baik secara teknis maupun adaptif. Program ini juga dapat dijadikan sebagai salah satu pendekatan efektif dalam pembinaan sepak bola anak, karena mampu meningkatkan ketrampilan teknik sekaligus aspek kognitif dan afektif pemain.

SARAN

1. Pelatih di SSB Putra Evo Agung disarankan untuk menerapkan pendekatan *Game-Based Learning* dalam proses latihan maupun pembelajaran, karena metode ini tidak hanya meningkatkan ketrampilan teknik, tetapi juga menciptakan suasana belajar yang lebih menyenangkan dan interaktif.
2. Bagi peserta didik atau atlet usia dini, diharapkan mereka dapat lebih aktif serta fokus di dalam mengikuti setiap sesi latihan, terutama program latihan berbasis *Game-Based Learning*. Tujuan utamanya ketika instruksi diberikan guna melakukan *shooting* ke arah pojok gawang. Kegiatan seperti ini bisa membangun pola pikir serta kebiasaan yang lebih terencana dan supaya

mindset anak-anak saat *shooting* bisa ke pojok gawang. Hal ini juga dapat membentuk pola pikir yang cerdas untuk mengeksekusi peluang *shooting*.

3. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan penelitian serupa dapat dikembangkan dengan melibatkan sampel yang lebih besar, usia berbeda, dan ketrampilan lain. Dengan demikian, hasil penelitian dapat memberikan gambaran yang lebih luas terhadap efektivitas latihan berbasis *Game-Based Learning* terhadap *shooting*

5. REFERENSI

- Aprilianto, M. V., & Fahrizqi, E. B. (2020). Tingkat kebugaran jasmani anggota ukm futsal universitas teknokrat indonesia. *J. Phys. Educ*, 1(1), 1-9.
- Alkali, M., Ikehi, M. E., & Okoye, R. N. (2016). Teaching agricultural science with instructional materials in secondary schools; what the standard deviation explains about the mean achievement scores. *Creative Education*, 7(14), 1929-1934.
- Arifin, Muhammad, 'Instrumen Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, Dan Pengembangan', Implementation Science, 39.1 (2014), 1
- Atiq, Ahmad, and Muhammad Fachrurrozi Bafadal Program Studi Pendidikan Jasmani Fkip Untan Pontianak, 'Keterampilan Teknik Dasar Sepak Bola Usia 10-12 Tahun Ssb Kodam Xii Tanjungpura', Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa (JPPK), 10.12(2021) <<https://jurnal.untan.ac.id/index.php/jpdpb/article/view/50937>>
- Azrul Azwira, and others, 'Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe Team Game Tournament (TGT) Terhadap Hasil Belajar Shooting Sepakbola', Jurnal Porkes, 6.1 (2023), 246-65 <<https://doi.org/10.29408/porkes.v6i1.16742>>
- Daral Fauzi, R., 2009. Tes Keterampilan Sepak Bola Usia 10-12 Tahun. Jakarta: Pusat.Pengembangan Kualitas Jasmani.
- Ghozali, I. (2023). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 29*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Handayani, Sri, and Praise Milie, 'Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Whatsapp Group Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Hamil Dalam Deteksi Dini Preeklampsia Pada Masa Pandemi Covid-19', Jurnal Kebidanan, 12.02 (2020), 217 <<https://doi.org/10.35872/jurkeb.v12i02.394>>
- Hasibuan, Ahmad Riady, and Putri Rizki Syafrayani, 'Pengaruh Project-Based Learning Terhadap Peningkatan Hasil Belajar Teknik Shooting Sepak Bola Di Pendidikan, 5.3 (2024), 272-80 <<https://doi.org/10.30596/jppp.v5i3.20140>>
- Hidayat, Rahmat, 'Game-Based Learning: Academic Games Sebagai Metode Penunjang Pembelajaran Kewirausahaan', Buletin Psikologi, 26.2 (2018), 71 <<https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.30988>>
- Husni, Muqopa Mahardi, and Hendri Irawadi, 'Pengaruh Latihan Shooting Dengan Bola Jalan Dan Shooting Bola Diam Terhadap Akurasi Tendangan Ke

- Gawang Muqopa Mahardi Husni, Hendri Irawadi', *Jurnal Patriot*, 1.2 (2019), 508–20
- Ishak, M. (2017). Pengaruh metode pembelajaran berbasis permainan terhadap hasil belajar shooting ke gawang dalam permainan sepakbola. *utile: Jurnal Kependidikan*, 3(1), 1–8.
- Jarrett, Kendall, Serge Eloi, and Stephen Harvey, 'Teaching Games for Understanding (Tgfu) As a Positive and Versatile Approach To Teaching Adapted Games', *European Journal of Adapted Physical Activity*, 7.1(2014), 6–20
<<https://doi.org/10.5507/euj.2014.001>>
- Luh, Ni, Putu Andika, Ketut Agustini, and I Gde Wawan Sudatha, 'Studi Literatur Review : Peran Media Game Based Learning Terhadap Pembelajaran', 14.1 (2025), 799–812
- Mulyana, Rama Budi, and Syafii, Imam, 'Penerapan Filosofi Sepakbola Indonesia Di Wilayah, 'Jurnal Prestasi Olahraga, 6.1 (2023), 20–24
- Mariadi, S. (2023). Pengaruh Variasi Latihan Berbasis Bermain Untuk Meningkatkan Keterampilan Teknik Dasar Shooting Dalam Permainan Sepak Bola. *Marathon: Jurnal Pendidikan Jasmani Universitas Tanjungpura*, 2(2), 87–96.
- Oktavia, Ririn, 'Game Based Learning Meningkatkan Efektivitas Belajar Siswa', *OSF Preprints*, 2022, 1–7
- Putra, Britta Fernanda, 'Survei Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa Sekolah Sepak Bola Pelindo III U-13 Tahun 2021 Kota Surabaya', *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 09 (2021), 9–16<<https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-kesehatan-olahraga/article/view/41797>>
- Putro Suryo Aji, Waskito, 'Analisis Keterampilan Shooting Menggunakan Kaki Bagian Dalam Pada Permainan Sepak Bola Bagi Mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani Unimuda Sorong', *Educatioanl Journal: General and Specific Research*, 4.Februari (2024), 139–47
- Sulistio, Dadang, Sugiyanto, and Defliyanto, 'Analisis Kemampuan Teknik Dasar Passing, Dribbling, Dan Shooting Pada Pemain Sepak Bola Ssb Putra U 10-12 Tahun Di Kabupaten Kaur', *Kinestetik*, 3. (2019), 24148<<https://doi.org/10.33369/jk.v3i2.8997>>
- Tomi, Septian Ian, 'Pengaruh Variasi Latihan Berbasis Bermain Untuk Meningkatkan Keterampilan Teknik Dasar Shooting Dalam Permainan Sepak Bola', *Jurnal Marathon*, 1.2 (2023), 74
<<https://doi.org/10.26418/jmrthn.v1i2.65155>>
- Utomo Priyo Nugroho, and Indarto Pungki, 'Analisis Keterampilan Teknik Dasar Passing Dalam Sepak Bola', *Jurnal Porkes*, 4.2 (2021), 87–94
- Wisaksono Hendro, 'Keterampilan, and Bermain Sepakbola, '(Jurnal Kevelatihan Olahraga, Volume 7, No. 2 Desember 2015)', 7.2 (2015), 82–98
- Wiyasa, 'Model Pembelajaran Permainan Sepakbola Bagi Siswa Sekolah Dasar', *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 9.1 (2013), 53–57
- Wulandari Ayu Sekar , & Safitri Sani. (2024). Penerapam Metode Pembelajaran Berbasis Game Based Learning Dalam Materi Sejarah Bandung Lautan Api di Kelas XI IPS Sma Negeri 4 Pagar Alam. *Jurnal Inovasi Pendidikan Dan Ilmu Sosial*, 2(1), 34–41
- Zyra, Sidra Nur, Trian Pamungkas Alamsyah, and Rina Yuliana, 'Penggunaan E- Learning Berbasis Edmodo Terhadap Hasil Belajar Kelas 4 Sekolah Dasar', *Jurnal PGSD: Jurnal Ilmiah Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 15.2 (2022), 97–106
<<https://doi.org/10.33369/pgsd.15.2.97-106>>