

**PERBEDAAN AKURASI SHOOTING MENGGUNAKAN
KURA-KURA KAKI BAGIAN DALAM DENGAN KURA-KURA
BAGIAN ATAS ATLET SEPAKBOLA USIA 15 TAHUN KOTA
SOLOK**

SKRIPSI



Oleh

IRWAN EKA SASTRA

NIM. 65806

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI

JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS NEGERI PADANG

2011

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul Skripsi : Perbedaan Akurasi Shooting Menggunakan Kura-Kura
Kaki Bagian Dalam Dengan Kura-Kura Bagian Atas
Atlet Sepakbola Usia 15 Tahun Kota Solok

Nama : Irwan Eka Sastra Putra
NIM/ BP : 65806/ 2005
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Januari 2011

Disetujui Oleh :

Pembimbing I,

Pembimbing II,

Drs. Yulifri, M.Pd
NIP. 195907051985031002

Drs. Willadi Rasyid, M.Pd
NIP. 195911211986021006

Mengetahui :
Ketua Jurusan PO

Drs. Hendri Neldi, M.Kes., AIFO
NIP. 196202051987031003

HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI

Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi Jurusan
Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang

PERBEDAAN AKURASI SHOOTING MENGGUNAKAN KURA-KURA KAKI BAGIAN DALAM DENGAN KURA-KURA KAKI BAGIAN ATAS PADA ATLET USIA 15 TAHUN KOTA SOLOK

Nama : Irwan Eka Sastra Putra
NIM/ BP : 65806/ 2005
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Januari 2011

Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
Ketua	: Drs. Yulifri. M.Pd	
Sekretaris	: Drs. Willadi Rasyid, M.Pd	
Anggota	: 1. Drs. Arsil, M.Pd	
	2. Drs. Ediswal, M.Pd	
	3. Drs. Kibadra	

ABSTRAK

Perbedaan Akurasi Shooting Menggunakan Kura-Kura Kaki Bagian Dalam Dengan Kura-Kura Bagian Atas Atlet Sepakbola Usia 15 Tahun Kota Solok

OLEH : Irwan Eka Sastra, /2011.

Masalah yang ditemukan berdasarkan pengamatan langsung peneliti yaitu shooting yang dilakukan sering tidak tepat sasaran saat menendang bola sehingga jalannya bola tidak terarah dan tidak tepat sasaran yang dituju. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui: perbedaan antara akurasi shooting menggunakan kura-kura kaki bagian dalam dengan kura-kura kaki bagian atas atlet sepakbola usia 15 tahun Kota Solok.

Jenis penelitian adalah komparasi. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet sepak bola usia 15 Kota Solok, yang berjumlah 24 orang, sedangkan teknik pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *total sampling* dimana dalam penelitian ini seluruhnya dijadikan sampel yaitu yang berjumlah 24 orang. Analisa data dilakukan dengan cara menggunakan *t test* dengan menggunakan uji perbandingan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ; terdapat perbedaan antara akurasi shooting menggunakan kura-kura kaki bagian dalam dengan kura-kura kaki bagian atas atlet sepakbola usia 15 tahun Kota Solok dan akurasi shooting menggunakan kura-kura kaki bagian dalam lebih baik dari akurasi shooting menggunakan kura-kura kaki bagian atas atlet sepakbola usia 15 tahun Kota Solok. Di sarankan kepada pelatih dan atlet sepak bola untuk memperhatikan faktor tersebut.

Kata Kunci : akurasi shooting, kura-kura kaki bagian dalam, kura-kura kaki bagian atas.

KATA PENGANTAR



Alhamdulillah dan puji syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan Rahmat dan Karunia-Nya kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul: **Perbedaan Akurasi Shooting Menggunakan Kura-Kura Kaki Bagian Dalam Dengan Kura-Kura Bagian Atas Atlet Sepakbola Usia 15 Tahun Kota Solok**. Penulisan skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis telah banyak mendapat bantuan dan dorongan baik materil maupun moril dan penulis dengan segala kerendahan hati mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Rektor Universitas Negeri Padang, yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menuntut ilmu di universitas ini.
2. Bapak Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Bapak ketua Jurusan dan Sekretaris Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
4. Drs. Yulifri, M.Pd dan Drs. Willadi Rasyid, M.Pd, selaku pembimbing I dan pembimbing II, yang telah memberikan bimbingan kepada penulis dalam penulisan skripsi ini.

5. Bapak Drs. Asril. M.Pd, Drs. Ediswal. M.Pd, Drs. Kibadra selaku tim penguji skripsi yang telah banyak memberikan masukan dan saran di dalam penyusunan skripsi ini.
6. Bapak dan Ibu Staf Pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang khususnya Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan.
7. Bapak Drs. Zulfadli selaku pengurus PSSI Kota Solok yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan penelitian.
8. Bapak dan Ibu staf pengajar SD Negeri 17 Halaban Payangkalan.
9. Teristimewa kasih untuk keluarga dan orang tua penulis atas segala do'a dan segala motivasinya.
10. Rekan-rekan yang telah memberikan bantuan moril maupun materil kepada penulis demi selesainya penulisan skripsi ini.

Walaupun penulis telah mencurahkan segenap tenaga dan kemampuan namun penulis percaya skripsi ini tidak luput dari kekurangan dan kesalahan, oleh sebab itu kritik dan saran sangat penulis harapkan untuk kesempurnaan skripsi ini. Harapan penulis semoga tulisan ini memberi arti bagi pembaca maupun penulis sendiri. Semoga Allah SWT memberikan Rahmat dan Karunia-Nya kepada kita semua. Amin....

Padang, Januari 2011

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN PERSETUJUAN...	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
ABSTRAK	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
 BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	8
C. Pembatasan Masalah	9
D. Perumusan Masalah	9
E. Tujuan Penelitian	9
F. Manfaat Penelitian	10
 BAB II KERANGKA TEORITIS	
A. Kajian Teori	
1. Permainan Sepakbola..	11
2. Akurasi Shooting.....	14
B. Kerangka Konseptual	29
C. Hipotesis	30

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian	31
B. Tempat Dan Waktu Penelitian	31
C. Populasi dan Sampel.....	31
D. Defenisi Operasional	32
E. Jenis dan Sumber Data	32
F. Teknik dan Alat Pengumpulan Data.....	33
G. Teknik Analisis Data	36

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Data	37
B. Uji Persyaratan Analisis	38
C. Pengujian Hipotesis..	39
D. Pembahasan	40

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan.....	43
B. Saran	43

DAFTAR PUSTAKA	45
-----------------------------	-----------

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Data akurasi shooting.....	38
2. Rangkuman hasil pengujian Normalitas	39
3. Rangkuman hasil pengujian hipotesis	40

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Shooting dengan menggunakan kura-kura kaki bagian dalam	22
2. Shooting dengan menggunakan kura-kura kaki bagian atas	24
3. Kerangka Konseptual	30
4. Bentuk pelaksanaan tes akurasi shooting	35
5. Scooring pada tes akurasi shooting	36

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN	Halaman
1. Rekap Data Hasil Penelitian	47
2. Uji Normalitas Data Variabel kura-kura kaki bagian dalam.....	48
3. Uji Normalitas Data Variabel kura-kura kaki bagian atas	49
4. Uji Hipotesis	50
5. Surat Izin Penelitian dari Fakultas Ilmu Keolahragaan UNP	52
6. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian dari Pengurus Sepakbola Usia 15 Kota Solok	53
7. Dokumentasi.....	54

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sepakbola merupakan salah satu olahraga di dunia yang telah populer dan disukai banyak masyarakat. Permainan ini sudah berkembang menjadi olahraga yang sangat digemari oleh semua lapisan masyarakat, dari anak-anak sampai orang tua, laki-laki maupun perempuan, masyarakat kota sampai masyarakat desa. Hal ini terbukti dengan banyaknya klub-klub sepakbola dan sekolah sepakbola (SSB) yang tersebar di seluruh pelosok tanah air dengan berbagai bentuk tujuan yang diharapkan.

Salah satu bentuk tujuan olahraga sepakbola adalah pencapaian prestasi yang maksimal yang juga tak luput dari perhatian pemerintah dalam pengembangan olahraga prestasi. Salah satu bentuk perhatian pemerintah dalam pengembangan olahraga prestasi di Indonesia telah dijabarkan dalam Undang-Undang Republik Indonesia No. 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional, dalam pasal 20 ayat 2 dan 3 menjelaskan bahwa:

“Olahraga prestasi dilakukan oleh setiap orang yang memiliki bakat, kemampuan dan potensi untuk mencapai prestasi. Olahraga prestasi dilaksanakan melalui pembinaan dan pengembangan secara terencana, berjenjang dan berkelanjutan dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan”.

Dari uraian di atas dapat dilihat bahwa prestasi olahraga sepakbola Indonesia harus didukung oleh pembinaan dan pengembangan secara terencana, berjenjang dan berkelanjutan dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan. Di samping itu juga dibutuhkan bakat kemampuan dan potensi untuk mencapai prestasi. Sehubungan dengan ini Weineck dalam Syafruddin (2005:29) mengemukakan:

"Kemampuan prestasi olahraga menggambarkan tingkat penguasaan suatu prestasi olahraga tertentu dan ditentukan oleh struktur kondisi yang kompleks dari sejumlah faktor khusus prestasi adapun faktor tersebut dapat meliputi kondisi fisik, teknik, taktik, mental serta sarana dan prasarana yang digunakan".

Pendapat di atas mengemukakan bahwa dalam prestasi olahraga sepakbola, banyak faktor yang mempengaruhi, khususnya faktor fisik, teknik, taktik, mental serta sarana dan prasarana. Sesuai dengan ide bermain sepakbola adalah memasukkan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang supaya tidak kebobolan. Berdasarkan ide tersebut salah satu teknik dasar yang sangat penting untuk dikuasai yaitu teknik *shooting*. Dengan mempelajari latihan *shooting* yang benar diharapkan keakuratan dalam kemampuan *shooting* bola ke gawang semakin bagus sehingga tujuan mencetak gol ke gawang lawan sebanyak-banyaknya akan tercapai.

Pada hakikatnya setiap pemain harus mampu melakukan akurasi *shooting* yang baik, oleh sebab itu khususnya untuk pemain

depan harus memiliki kemampuan *shooting* yang baik, akurat dan efisien terhadap tendangan ke gawang. Pada perkembangan sepakbolaan modern saat ini tendangan ke gawangpun sudah sangat variatif seperti: a) kura-kura kaki bagian dalam, b) kura-kura kaki bagian atas, c) kura-kura kaki bagian luar, d) ujung dari kaki, e) kaki bagian dalam, dan f) dengan tumit (jarang digunakan).

Di samping itu, mencetak gol atau *shooting* merupakan bagian terpenting dari permainan sepakbola, dengan lahirnya gol semangat bermain akan bertambah. Djazed dan Darwis (1999:53) menyatakan bahwa :

”Untuk memperoleh hasil tendangan yang diinginkan sesuai dengan kebutuhannya dalam bermain perlu diperhatikan letak kaki tumpu pada saat *shooting*, perkenaan kaki pada bola, perkenaan bola pada kaki, titik berat badan dan kekuatan serta *follow through*”.

Dari ungkapan di atas dapat dikemukakan bahwa faktor yang mempengaruhi kemampuan akurasi *shooting* seorang pemain, antara lain letak kaki tumpu, perkenaan kaki pada bola, perkenaan bola pada kaki, titik berat badan dan kekuatan serta *Follow through*. Namun untuk mewujudkan kemampuan akurasi *shooting* yang baik semua itu diduga membutuhkan unsur kondisi fisik yaitu koordinasi gerakan. Menurut Bompa (1990:327) “Koordinasi adalah suatu kemampuan biomotor yang sangat kompleks, berkaitan dengan kecepatan, kekuatan, daya tahan dan kelenturan”. Dari pendapat di atas dapat dipahami bahwa

koordinasi terdiri dari komponen kondisi fisik yang terdiri dari kecepatan, kekuatan, daya tahan, dan kelenturan.

Koordinasi gerakan yang dimaksudkan adalah koordinasi mata dan kaki. Koordinasi mata dan kaki merupakan kerjasama antara simpul syaraf yang diteruskan ke otak dan dilanjutkan ke otot untuk berkontraksi, melakukan akurasi *shooting* yang baik. Harsono (1988:56) mengemukakan bahwa; apabila koordinasi mata dan kaki baik maka akan terjadi efisien tenaga dan efektif, terhindar dari cedera, terkuasai teknik dengan baik dan lebih cepat, taktik lebih komplit dan kesiapan mental atlet lebih bagus.

Pendapat di atas mengemukakan apabila pemain sepakbola memiliki koordinasi mata dan kaki yang baik diduga dapat membantu dalam peningkatan kemampuan akurasi *shooting* sepakbola. Sebaliknya, apabila koordinasi mata dan kaki yang dimiliki tidak baik diduga akan mempengaruhi penampilan pemain terhadap akurasi shooting.

Bertolak dari pendapat di atas, permasalahan ini diduga terjadi pada pemain Sepakbola Usia 15 Tahun Kota Solok, namun dalam hal pencapaian prestasi dapat dikategorikan kurang bahkan tidak ada sama sekali, karena para pemain tidak memiliki kemampuan shooting ke gawang secara efektif atau akurat.

Apabila hal ini terjadi pada pemain yang bersangkutan maka kesempatan untuk menang akan semakin rendah, kegagalan dalam

shooting ke gawang secara efektif atau akurat tersebut tentu saja tidak berdiri sendiri yang dimaksud dengan tidak berdiri sendiri terkait dengan faktor-faktor yang memungkinkan keefektifitasan dan akurasi tendangan ke gawang menjadi rendah, salah satu faktor yang menyebabkan rendahnya efektivitas dan akurasi *shooting* tersebut adalah *Timing* pada saat melakukan tendangan tidak tepat di mana dan kapan *shooting* itu dilakukan, dan rendahnya akurasi bisa juga disebabkan ketidaktepatan posisi tubuh pada saat melakukan *shooting*, kemampuan pemain tersebut seharusnya dalam posisi tubuh "sedemikian rupa" tendangan yang tepat digunakan adalah kura-kura kaki bagian dalam, kura-kura kaki bagian atas, kura-kura kaki bagian luar, ujung dari kaki, kaki bagian dalam, dan tumit (jarang digunakan) namun karena dalam posisi tersebut maka arah bola tidak tepat pada sasaran.

Selain beberapa faktor di atas, ada beberapa faktor eksternal yang juga ikut mempengaruhi hasil *shooting* seorang pemain sepakbola. Faktor itu antara lain: Faktor keadaan lapangan, keyakinan pemain saat menendang, tekanan angin pada bola, dan keadaan cuaca, dalam hal ini keadaan angin yang juga mempengaruhi lajunya bola yang ditendang.

Keadaan lapangan adalah salah satu faktor eksternal yang besar pengaruhnya terhadap hasil *shooting* seorang pemain sepakbola. Lapangan sepakbola yang berukuran panjang 100 sampai

110 m dan lebar 64 m sampai 75 m diharapkan harus memenuhi standar yang disarankan dalam peraturan yang diberikan PSSI. Lapangan yang memenuhi standar seperti: tidak berlubang, tanahnya datar, rumputnya tidak terlalu tebal, dan baik struktur tanahnya, akan dapat mendukung hasil *shooting* yang dilakukan pemain.

Faktor lainnya adalah tekanan udara pada bola. Berat bola 396 sampai 453 gram. Keliling bola 68 sampai 71 cm, adapun ukuran tekanan bola adalah 0,6-1,1 atm ($600-1100 \text{ g/cm}^2$) pada permukaan laut (8,5 lbs/sq inci). Jadi bola dalam pertandingan diharuskan memenuhi standar yang telah diuraikan di atas. Kemungkinan yang akan terjadi apabila ukuran tekanan bola tidak memenuhi standar, maka akan berpengaruh terhadap hasil tendangan.

Cuaca adalah faktor eksternal yang juga ikut mempengaruhi, dengan keadaan cuaca yang buruk tentu akan berpengaruh terhadap *performance* pemain. Sebagai contoh dengan keadaan angin yang cukup kencang, maka dalam pelaksanaan *shooting* ke arah gawang, kemungkinan akan melenceng, karena dipengaruhi kencangnya angin.

Berdasarkan faktor-faktor di atas, dikhawatirkan akan lebih memperburuk keadaan kualitas *shooting* pemain. Rendahnya kemampuan *shooting* pemain, akan membawa dampak terhadap keberhasilan tim selama mengikuti kompetisi. Sampai saat sekarang prestasi tim ini masih belum menunjukkan prestasi yang menggembirakan dengan belum tercapainya gelar juara yang dapat

diraih dalam setiap kompetisi. Rendahnya kemampuan *shooting* ini bisa dilihat dari lemahnya *shooting* pemain ke gawang, baik dengan kura-kura kaki bagian dalam, kura-kura kaki bagian atas.

Dalam permainan sepakbola *shooting* merupakan teknik yang paling banyak digunakan. Maka *shooting* merupakan teknik dasar dalam permainan sepakbola. Seorang pemain yang tidak menguasai teknik *shooting* dengan sempurna maka pemain tersebut tidak mungkin akan menjadi pemain yang baik, dan kesebelasan sepakbola yang baik dan tangguh adalah suatu kesebelasan yang semua pemainnya menguasai teknik *shooting* bola dengan baik, cermat, cepat dan tepat pada sasaran, baik itu sasaran pada teman maupun sasaran dalam membuat gol ke gawang lawan.

Selanjutnya kaki tumpu, kaki tumpu adalah kaki yang menumpu pada tanah pada persiapan akan melakukan *shooting* bola dan kaki tumpu merupakan letak titik berat badan, kura-kura kaki tumpu atau di mana akan meletakkan kaki tumpu terhadap bola akan menentukan arah lintasan bola dan tinggi rendahnya lambungan bola, lutut kaki tumpu agak sedikit ditekuk dan pada waktu *shooting* lutut diluruskan merupakan kekuatan untuk mendorong ke depan.

Pada saat melakukan *shooting*, pergelangan kaki yang dikuatkan atau ditegangkan dan tidak boleh bergerak, tungkai kaki yang menendang diangkat kebelakang kemudian diayunkan kedepan hingga bagian kaki yang digunakan untuk *shooting* mengenai bagian

bola yang ditendang kemudian dilanjutkan dengan gerak lanjutan ke depan. Teknik *shooting* yang penting dimiliki oleh seorang pemain sepakbola adalah teknik *shooting* dengan kura-kura kaki bagian dalam, kura-kura kaki bagian atas.

Shooting dengan kura-kura kaki bagian dalam pada teknik sepakbola biasanya digunakan mengoper bola pada teman dalam jarak pendek dan menengah bola-bola bawah. Sedangkan teknik *shooting* dengan kura-kura kaki bagian atas merupakan teknik yang penting untuk seorang pemain dalam memberikan bola dengan efisien ke arah teman, pemain yang menguasai teknik ini tampaknya mereka bermain lebih menghemat tenaga dan juga teknik yang mereka tampilkan sangat berseni dan indah untuk ditonton.

Kemampuan dalam melakukan *shooting* secara akurat, juga diwarnai oleh pengalaman berlatih seseorang pemain, ini berarti bahwa pemain yang sudah cukup pengalaman berlatih dengan benar diharapkan ia juga memiliki keterampilan dalam *shooting* dibandingkan dengan pemain yang kurang berpengalaman.

B. Identifikasi Masalah

Mengingat banyaknya permasalahan yang dapat dikemukakan dalam latar belakang masalah di atas, maka peneliti mengidentifikasi masalah sebagai berikut :

1. Akurasi shooting menggunakan kura-kura kaki bagian dalam Atlet Sepakbola Usia 15 Tahun Kota Solok

2. Akurasi shooting menggunakan kura-kura kaki bagian atas Atlet Sepakbola Usia 15 Tahun Kota Solok
3. Keadaan lapangan mempengaruhi akurasi shooting ke gawang ?
4. Keyakinan pemain?
5. Tekanan angin pada bola mempengaruhi akurasi shooting ke gawang?
6. Cuaca mempengaruhi akurasi shooting ke gawang?
7. Keadaan angin mempengaruhi akurasi shooting ke gawang ?

C. Pembatasan Masalah

Mengingat masalah dan identifikasi masalah di atas cukup luas, maka penelitian ini hanya dibatasi kepada “Perbedaan akurasi Shooting menggunakan kura-kura kaki bagian dalam dengan kura-kura bagian atas Atlet Sepakbola Usia 15 Tahun Kota Solok”.

D. Perumusan Masalah

Agar penelitian ini terarah dengan baik maka terlebih dahulu diajukan perumusan masalah yang akan diteliti yaitu: Apakah terdapat perbedaan akurasi Shooting menggunakan kura-kura kaki bagian dalam dengan kura-kura bagian atas Atlet Sepakbola Usia 15 Tahun Kota Solok?

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah: Untuk mengetahui perbedaan akurasi Shooting menggunakan kura-kura kaki bagian

dalam dengan kura-kura bagian atas Atlet Sepakbola Usia 15 Tahun Kota Solok?

F. Manfaat Penelitian

Sesuai dengan tujuan, dalam penelitian ini nantinya diharapkan dapat bermanfaat dan berguna bagi:

1. Para pelatih dan pengurus sepakbola untuk menentukan tindakan-tindakan dalam bimbingan atau pembinaan bagi pemain yang mengalami kegagalan dalam belajar keterampilan bermain sepakbola.
2. Pemain sendiri, dapat dijadikan acuan untuk intropeksi atau penilaian diri dalam rangka meningkatkan proses latihan sebagai upaya memperoleh keterampilan bermain sepakbola dengan baik.
3. Peneliti dapat memperkaya pengetahuan, tentang cara shooting menggunakan kura-kura kaki bagian dalam dan kura-kura bagian atas.
4. Sebagai salah satu syarat bagi penulis untuk mencapai gelar sarjana pendidikan.

BAB II

KERANGKA TEORITIS

A. Kajian Teori

1. Permainan Sepakbola

Permainan sepakbola adalah permainan yang sangat digemari oleh hampir seluruh lapisan masyarakat. Permainan sepakbola dimainkan oleh dua tim yang masing-masing tim terdiri dari 11 orang pemain. Peraturan Permainan PSSI (2008:18) mengemukakan “Suatu pertandingan dimainkan oleh 2 tim, masing-masing tim paling banyak terdiri dari 11 pemain dan satu di antaranya menjadi penjaga gawang”. Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa permainan sepakbola adalah permainan yang dilakukan oleh dua tim yang saling berlawanan.

Selanjutnya Batty (1982:4) mengatakan bahwa “sepakbola adalah sebuah permainan sederhana, dan rahasia dari permainan sepakbola yang baik adalah melakukan hal-hal yang sederhana, sebaik-baiknya”. Pendapat ini mengemukakan bahwa pada permainan sepakbola memiliki struktur dalam pertandingan. Permainan sepakbola sangat mengutamakan kekompakan tim untuk dapat mencetak gol dalam suatu pertandingan. Dalam permainan hanya ada satu orang yaitu penjaga gawang yang dapat menggunakan tangan dalam menangkap bola, dan itupun hanya boleh dilakukan di dalam kotak 16 meter.

Sepakbola merupakan olahraga yang memiliki aktivitas gerak yang menuntut berbagai keterampilan, teknik dan taktik di samping kondisi yang prima bagi pelakunya, serta dalam permainan sepakbola juga mengutamakan kekompakan tim dalam menjalin kerjasama yang baik di antara lini. Seluruh kegiatan dalam sepakbola dilakukan dengan gerakan-gerakan, baik gerakan dilakukan tanpa bola maupun gerakan dengan bola. Buku ajar sepakbola FIK UNP (2006:101) mengemukakan bahwa:

- 1) Gerakan tanpa bola :
 - a) Lari, merupakan langkah-langkah pendek tanpa bola
 - b) Melompat, merupakan suatu usaha untuk mengambil bola setinggi yang tidak mungkin diambil dengan mempergunakan kaki.
 - c) *Tackling* (merampas bola) merupakan suatu kewajiban setiap pemain yang sedang bertahan atau pada saat bola dimainkan oleh pihak lawan.
 - d) Rempel (*Body Charge*); merupakan usaha mendorong lawan menggunakan samping badan pada lengan.
- 2) Gerakan dengan bola :
 - a) *Shooting*; merupakan suatu usaha untuk memindahkan bola dari suatu tempat ke tempat lain dengan menggunakan kaki atau bagian kaki.
 - b) Menahan dan mengontrol; merupakan usaha untuk menghentikan atau mengambil bola untuk dikuasai sepenuhnya.
 - c) Menggiring bola (*dribbling*) ; merupakan teknik dalam usaha bola dari suatu daerah ke daerah lain pada saat permainan sedang berlangsung.

Pendapat di atas mengemukakan bahwa banyak bentuk teknik yang harus dimiliki oleh seorang pemain sepakbola. Dari

sekian banyak bentuk teknik dasar dalam permainan sepakbola, *shooting* adalah salah satu teknik dasar yang harus dimiliki oleh seorang pemain sepakbola untuk menciptakan gol ke gawang lawan dalam pertandingan. Kemampuan *shooting* bukan hanya untuk pemain depan saja, tetapi sebaliknya seluruh pemain memiliki keterampilan untuk melakukan *shooting* dalam setiap kesempatan yang diperoleh. Apabila para pemain terampil dalam *shooting* bola ke gawang lawan, maka kesempatan untuk memenangkan pertandingan akan semakin besar, tentunya dengan akurasi *shooting* bola yang baik.

Beberapa manfaat atau fungsi dari *shooting* dalam permainan sepakbola menurut Djezed dalam Emral (2003:19) adalah: (1) untuk memberikan operan kepada teman atau mengoper bola, (2) dalam usaha memasukan bola ke gawang lawan, (3) untuk menghidupkan kembali bola setelah terjadi suatu pelanggaran seperti tendangan bebas, tendangan penjur, tendangan hukuman, tendangan gawang dan sebagainya, (4) untuk melakukan pembersihan (*clearing*) dengan jalan menyapu bola yang berbahaya di daerah sendiri atau dalam usaha membendung serangan lawan pada daerah pertahanan sendiri.

Berdasarkan uraian di atas dapat dipahami bahwa *shooting* sangat berperan penting dalam permainan sepakbola, di antaranya berfungsi untuk memberikan operan bola kepada teman,

memberikan umpan untuk menembakkan bola ke arah gawang. Selanjutnya Sukatamsi (1997:2.39) menjelaskan prinsip-prinsip dalam *shooting*, yaitu: Pandangan mata, berguna untuk mengamati situasi atau keadaan dalam permainan, pada waktu akan melakukan *shooting* bola pandangan mata ke arah letak bola dan kearah kemana bola akan ditendang, akan tetapi pada saat akan melakukan *shooting* bola mata harus melihat pada bagian bola yang akan ditendang kemudian pandangan mata ke arah jalannya bola.

Berdasarkan pendapat para ahli di atas dapat dikemukakan bahwa sepakbola merupakan kemampuan individu atau tim yang memiliki aktivitas gerak, dan keterampilan serta didukung oleh kondisi fisik yang prima bagi pelakunya dalam menampilkan permainan. Pemain sepakbola juga bisa menampilkan berbagai unsur lainnya seperti taktik yang dapat menimbulkan daya tarik tersendiri dengan tujuan menciptakan gol ke gawang lawan dan sebagainya.

2. Akurasi *Shooting*

a. Hakikat akurasi

Akurasi (ketepatan) adalah kata yang berasal dari kata tepat yang berarti lurus (arah dan tujuannya) atau mencapai sesuatu yang dituju. Menurut Suharno (1993:15) “akurasi ialah kemampuan atlet untuk mengarahkan suatu gerak ke suatu

sasaran (target)". Selanjutnya Muchamad Sajoto (1988:9) mengatakan bahwa: "akurasi adalah kemampuan seseorang untuk mengendalikan gerakan-gerakan bebas terhadap suatu sasaran, sasaran ini dapat merupakan suatu jarak atau mungkin suatu objek langsung yang harus dikenai dengan salah satu bidang tubuh".

Kedua pendapat ini mengemukakan bahwa akurasi merupakan suatu usaha seseorang untuk mencapai tujuan. Usaha yang dimaksudkan dalam penelitian ini adalah melakukan *shooting* bola dalam jarak tertentu. Objek langsung yang harus dikenai adalah bola dan salah satu bidang tubuh yang dimaksud adalah kaki. Jadi akurasi yang dimaksudkan disini adalah akurasi *shooting* sepakbola, dimana akurasi dibutuhkan untuk menghasilkan *shooting* yang baik dan dapat mencetak gol ke gawang lawan.

Suharno (1993:15-16) mengemukakan faktor-faktor penentu untuk menghasilkan akurasi *shooting* adalah sebagai berikut :

- 1) Tinggi rendahnya kualitas koordinasi (koordinasi yang dimaksudkan pada penelitian ini adalah koordinasi mata-kaki)
- 2) Besar kecilnya sasaran (sasaran yang dimaksudkan pada penelitian ini adalah sebuah bola, kaki dan gawang)

- 3) Ketajaman indera (indera yang dimaksudkan pada penelitian ini adalah mata terhadap kaki, bola dan gawang)
- 4) Jauh dekatnya sasaran (maksudnya disini adalah jarak antara mata, kaki, bola dan gawang)
- 5) Benar tidaknya penguasaan teknik (teknik yang dimaksudkan pada penelitian ini adalah teknik *shooting* bola oleh pemain)
- 6) Cepat lambatnya gerakan (maksudnya kecepatan gerakan pemain dalam melakukan *shooting*)
- 7) Kuat lemahnya gerakan (maksudnya adalah kekuatan tendangan pemain)
- 8) Rasa gerak (*kinaestesi*) pemain (maksudnya rangsangan yang ditimbulkan)

Berdasarkan pendapat para ahli dapat dikemukakan bahwa akurasi merupakan kemampuan pemain melakukan sebuah gerakan untuk mencapai tujuan yang hasilnya sesuai target atau mencapai sasaran dengan benar.

Suharno (1993:16) mengemukakan cara melatih akurasi untuk menghasilkan *shooting* yang bagus adalah sebagai berikut :

- 1) Frekuensi gerak diulang-ulang sebanyak mungkin agar menjadi gerak otomatis.

- 2) Gerakan dari lambat ke cepat atau dari intensitas rendah ke menengah, submaksimal selanjutnya maksimal.
- 3) Jarak sasaran dari dekat ke makin jauh.
- 4) Target makin diperkecil.
- 5) Pembetulan teknik yang salah.
- 6) Sasaran/target dengan bergerak untuk meningkatkan ketajaman indera mata.
- 7) Mempersulit kondisi latihan.
- 8) Membatasi waktu dalam melakukan gerak (misalnya *shooting* bola ke gawang 5 kali dalam waktu 5 detik).

Berdasarkan pendapat di atas untuk menghasilkan *shooting* yang bagus dapat dilakukan dengan latihan berulang-ulang dari tingkat kesulitan yang sederhana ke tingkat kesulitan yang lebih kompleks dan dilakukan dalam waktu yang telah ditentukan.

b. Hakikat *shooting*

Shooting adalah usaha untuk memindahkan bola dari suatu tempat ke tempat lain. Darwis (1999:51) mengemukakan bahwa "*shooting* merupakan suatu usaha untuk memindahkan bola dari suatu tempat ke tempat lain dengan menggunakan kaki atau bagian kaki. *Shooting* bola dapat dilakukan dalam keadaan bola diam, menggelinding maupun melayang di udara". Pendapat ini mengemukakan bahwa suatu usaha memindahkan

bola dari tempat ke tempat lain dengan cara ditendang. Selanjutnya Tim Pengajar Sepakbola FIK UNP (2006:63) mengemukakan tujuan dari *shooting* bola adalah :

- 1). Untuk memberikan bola kepada teman (sebagai salah satu bentuk kerjasama dalam memberikan umpan atau membagi bola)
- 2). Memasukkan bola ke gawang lawan (mencetak skor atau gol)
- 3). Untuk menghidupkan bola setelah terjadi suatu pelanggaran seperti tendangan bebas, tendangan penjur, tendangan hukuman, tendangan gawang dan sebagainya. (salah satu bentuk aturan baku sebuah permainan)
- 4). Untuk melakukan *clearing* untuk pembersihan dengan jalan menyapu bola yang berbahaya di daerah sendiri atau dalam usaha membendung serangan lawan pada daerah pertahanan sendiri. (Upaya mempertahankan daerah dari serangan lawan bermain)."

Berdasarkan uraian di atas terlihat bahwa tujuan dalam melakukan *shooting* antara lain, memberikan bola kepada teman, memasukkan bola ke gawang, dan menghidupkan bola setelah terjadi suatu pelanggaran. Selanjutnya Darwis (1999:53) mengemukakan bahwa "Untuk memperoleh hasil tendangan yang diinginkan sesuai dengan kebutuhannya dalam bermain perlu diperhatikan: letak kaki tumpu pada saat *shooting*, perkenaan kaki pada bola, perkenaan bola pada kaki, titik berat badan dan kekuatan dan *follow through*." Pendapat ini mengemukakan bahwa perlu memperhatikan kura-kura kaki sebelum melakukan tendangan.

Dalam melakukan *shooting* ada langkah-langkah yang harus dilakukan agar hasil tendangan yang dilakukan akan

maksimal. Joseph A Luxbacher (2001:106) mengemukakan tata cara pelaksanaan *shooting* sebagai berikut :

- a. Persiapan yaitu :
 - 1). Dekati bola dari belakang pada sudut yang tipis,
 - 2). Letakkan kaki yang menahan keseimbangan di samping bola,
 - 3). Tekukkan lutut kaki tersebut,
 - 4). Rentangkan tangan ke samping untuk menjaga keseimbangan,
 - 5). Tarik kaki yang akan *shooting* ke belakang,
 - 6). Luruskan kaki tersebut,
 - 7). Kepala tidak bergerak,
 - 8). Fokuskan perhatian pada bola.
- b. Pelaksanaan, yaitu :
 - 1). Luruskan bahu dan pinggul dengan target,
 - 2). Tubuh di atas bola,
 - 3). Sentakkan kaki yang akan *shooting* sehingga lurus,
 - 4). Jaga agar kaki tetap kuat,
 - 5). Tendang bagian tengah bola dengan instep.
- c. Sikap akhir yaitu :
 - 1). Daya gerak ke depan melalui poin kontak,
 - 2). Sempurnakan gerakan akhir dari kaki yang *shooting*,
 - 3). Kaki yang menahan keseimbangan terangkat dari permukaan lapangan.”

Berdasarkan pendapat para ahli dapat dikemukakan bahwa tujuan dari *shooting* adalah memasukan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan. Sesuai dengan ide dalam permainan sepakbola adalah berusaha untuk memasukkan bola sebanyak mungkin ke gawang lawan dan berusaha menghindari kemasukan bola dari serangan lawan sebanyak mungkin. (Djezed dan Darwis, 1985:8). Sasaran utama dalam setiap serangan adalah mencetak gol. Agar dapat mencetak gol ke gawang lawan, maka pemain dituntut untuk mampu melakukan keterampilan *shooting*.

Macam-macam cara *shooting* bola dalam permainan sepakbola menurut Witarsa dalam Emral (2003:20) dapat dilakukan dengan: a) kura-kura kaki bagian dalam, b) kura-kura kaki bagian atas, c) kura-kura kaki bagian luar, d) dengan ujung dari kaki, e) dengan kura-kura kaki bagian dalam, f) dengan tumit (jarang digunakan). Berdasarkan pendapat di atas dapat terlihat bahwa cukup banyak metode dan variasi dalam menendang yang diantaranya adalah menggunakan kura-kura kaki bagian luar, kura-kura kaki bagian dalam, kura-kura kaki bagian atas, dan tendangan dengan menggunakan kaki bagian dalam.

1) *Shooting* Dengan Kura-Kura Kaki Bagian Dalam

Shooting dengan menggunakan kura-kura kaki bagian dalam adalah *shooting* yang dilakukan tepat di tengah-tengah bagian dalam bawah bola, dengan menggunakan kura-kura kaki bagian dalam dan bola akan melambung tinggi. Adapun fungsi *Shooting* dengan kura-kura kaki bagian dalam antara lain:

- a). Memberi umpan jarak pendek dan jauh.
- b). Membebaskan serangan lawan dalam daerah pertahanan.
- c) tendangan penjuru,
- d) tendangan penjaga gawang,

e) tendangan langsung atau tidak langsung untuk mencetak gol.

Tahapan-tahapan yang perlu diperhatikan pada saat *shooting* ke gawang menggunakan kura-kura kaki bagian dalam menurut Sukatamsi (1984:117) adalah sebagai berikut :

1). Letak kaki tumpu

Kaki tumpu diletakkan di belakang samping bola kira-kira 25-30 cm, arah kaki tumpu membuat sudut sekitar 40^0 dengan garis lurus arah bola (garis di belakang bola).

2). Kaki yang menendang

Kaki yang menendang bola diangkat kebelakang kemudian diayunkan kedepan kearah sasaran, hingga kura-kura kaki bagian dalam tepat mengenai tengah-tengah dibawah bola, gerak kaki yang menendang dilanjutkan kedepan (gerak lanjutan kedepan).

3). Sikap badan

Pada waktu kaki yang menendang bola diayunkan ke belakang, badan agak condong ke depan pada waktu menendang bola karena posisi kaki tumpu berada di samping belakang bola, sikap badan condong ke belakang, kedua lengan terbuka ke samping badan untuk menjaga keseimbangan.

4). Pandangan mata

Pada waktu menendang bola, mata melihat pada bola dan kemudian segera melihat arah sasaran.

Berdasarkan uraian di atas dapat dipahami tahapan atau urutan dalam melakukan tendangan ke gawang dengan menggunakan kura-kura kaki bagian dalam, yang urutannya sebagai berikut: letak kaki tumpu diletakkan di belakang samping bola kira-kira 25-30 cm, arah kaki tumpu membuat sudut sekitar 40° dengan garis lurus arah bola (garis di belakang bola), kemudian perlu diperhatikan kaki yang akan menendang, sikap badan, dan pandangan mata.

Teknik rangkaian gerakan *Shooting* dengan menggunakan kura-kura kaki bagian dalam dapat dilihat pada gambar yang dikutip dari Buku Ajar Sepakbola FIK UNP yaitu sebagai berikut:



Gambar 1. *Shooting* dengan menggunakan kura-kura kaki bagian dalam

2) *Shooting* Dengan Kura-Kura Kaki Bagian Atas (*Instep*)

Teknik *shooting* dengan kura-kura kaki bagian atas (*instep*) adalah salah satu teknik *shooting* yang sering digunakan oleh pemain yang memiliki teknik tinggi. Teknik ini juga sangat dibutuhkan oleh penyerang untuk *shooting* bola ke gawang lawan untuk membuat gol. Tendangan dengan kura-kura kaki bagian atas ini merupakan teknik *shooting* yang memiliki kekuatan terhadap bola, sehingga kecepatan bola sangat kencang dan juga tendangan menjadi jauh.

Cara pelaksanaan teknik *shooting* dengan kura-kura kaki bagian atas (*instep*) menurut Lefel dalam Emral (2003:24) adalah: 1) Kaki tumpu ditempatkan di samping bola, 2) kaki tumpu di arahkan ke sasaran tendangan, 3) lutut kaki tumpu sedikit dibengkokan, 4) ayunan kaki tendang diikuti oleh gerakan pinggang, 5) perkiraan punggung kaki bagian atas tepat di tengah bola, 6) pergelangan kaki dikakukan atau dikuatkan, 7) ujung kaki tendang di arahkan ke tanah (ke bawah), 8) pada saat melakukan tendangan tubuh bagian atas berada di atas bola, 9) target antara tiang dan penjaga gawang, dan 10) siap bola memantul.

Berdasarkan uraian di atas terlihat bahwa sistematika atau urutan dalam melakukan tendangan diawali dengan letak kaki tumpu, ayunan kaki, gerakan pinggang, dan sikap

tubuh setelah melakukan tendangan. Teknik rangkaian gerakan *Shooting* dengan menggunakan kura-kura kaki bagian atas dapat dilihat pada gambar berikut:



Gambar 2. *Shooting* dengan menggunakan kura-kura kaki bagian atas

c. Akurasi *Shooting*

Penelitian ini menggunakan kata akurasi untuk melakukan *shooting* bola ke gawang. Akurat akan memberikan peluang besar bagi pemain untuk menciptakan gol. Selain itu akurasi juga diperlukan untuk melakukan operan yang tepat dan menerima operan secara tepat.

Akurasi *shooting* dapat dikatakan baik jika dilakukan sesuai dengan kriteria pada perkenaan kaki dengan bola yaitu kaki bagian dalam dan kura-kura kaki serta bola yang ditendang adalah pusat bola. Sasaran pada gawang bagi penendang adalah antara penjaga gawang dengan tiap gawang dan sudut pada gawang. Pemain yang memiliki akurasi *shooting* yang baik

dapat menciptakan peluang gol yang sangat besar karena dapat menyulitkan bagi penjaga gawang. Oleh sebab itu, untuk menciptakan suatu akurasi *shooting* yang baik, salah satunya dapat dilatih dengan meningkatkan kemampuan koordinasi pemain.

Berdasarkan pendapat para ahli di atas dapat dikemukakan bahwa akurasi *shooting* adalah keakuratan sebuah *shooting* yang dilakukan oleh para pemain sepakbola. *Shooting* dinyatakan akurat jika bola yang di *shooting* tepat sasaran, maksudnya ke sudut atau daerah yang sulit dijangkau oleh penjaga gawang.

Terkait dengan akurasi *shooting*, perlu adanya koordinasi gerak yang optimal. Menurut Bompas (1990:327) "Koordinasi adalah suatu kemampuan biomotor yang sangat kompleks, berkaitan dengan kecepatan, kekuatan, daya tahan dan kelenturan". Koordinasi juga merupakan perpaduan perilaku dari dua atau lebih persendian yang satu sama lainnya berkaitan dalam menghasilkan suatu keterampilan gerak Schmidt (1984:265). Selanjutnya Kram (1994:12) mengatakan: "Koordinasi merupakan hubungan timbal-balik antara syaraf pusat dengan otot gerak dan mengatur pengendalian impuls dan kerja otot untuk melaksanakan suatu gerak".

Berdasarkan pendapat di atas bahwa kemampuan tersebut dimaksudkan untuk mengendalikan bagian tubuh yang bebas dilibatkan dalam suatu model gerakan-gerakan yang lancar, keberhasilan usaha dalam mencapai beberapa tujuan. Dengan demikian, koordinasi merupakan kualitas otot, tulang dan persendian dalam menghasilkan suatu gerak.

Pada dasarnya kemampuan koordinasi dibedakan menjadi dua macam, yaitu koordinasi umum dan koordinasi khusus. Koordinasi umum adalah kemampuan seluruh tubuh dalam menyelesaikan dan mengatur gerak secara simultan pada saat melakukan suatu gerakan, sedangkan koordinasi khusus adalah kemampuan untuk mengkoordinasikan gerak oleh sejumlah anggota badan, (Syahara,2004:99). Koordinasi khusus dikombinasikan dengan kemampuan biomotoriknya sesuai dengan karakteristik cabang olahraga yang dipilih. Pada penelitian ini koordinasi yang dimaksudkan adalah koordinasi khusus, yaitu cabang olahraga sepakbola, tepatnya pada akurasi *shooting* sepakbola.

Pada setiap penampilan gerak diperlukan kemampuan motorik seperti faktor yang mendukung keberhasilan. *Shooting* sepakbola merupakan salah satu teknik dasar yang melibatkan berbagai unsur keterampilan motorik yang sangat kompleks, maka dalam hal ini unsur koordinasi merupakan salah satu

faktor yang diperkirakan mampu meningkatkan ke akurasian *shooting*.

Gerak koordinasi dalam *shooting* sepakbola adalah gerakan aksi yang melibatkan mata dalam melihat (mengontrol) gerak kaki waktu menumpu, mengayun dan saat menyentuh bola. Semua gerak ini merupakan serangkaian gerak yang tidak terputus. Oleh karena itu, kemampuan koordinasi dalam *shooting* bola tidak terbatas pada kemampuan gerak saja, tetapi juga melibatkan panca indera untuk menentukan arah *shooting* dengan tepat.

Koordinasi *neuromuscular* adalah koordinasi gerak yang terjadi dalam urutan dan waktu yang tepat. Terjadinya gerak karena kontraksi otot dan otak. Berkontraksi karena adanya perintah yang diterima melalui sistem syaraf (Jansen-Schultz dalam Pyke, 1991:170). Koordinasi *intramuscular* adalah penampilan dari seluruh serabut pada setiap unit motorik yang berkontraksi secara maksimum, sedangkan koordinasi *intermuscular* adalah melibatkan efektifitas kerja otot-otot bekerjasama dalam menampilkan satu gerak (Pyke, 1991:140) Dengan demikian koordinasi dalam *shooting* sepakbola merupakan perpaduan kemampuan koordinasi dari seluruh komponen tubuh tersebut, mulai dari fase awal sampai fase akhir.

Tingkat kemampuan koordinasi seorang pemain sepakbola mencerminkan kemampuan gerak dalam berbagai tingkat kesulitan secara cepat, tepat dan efisien. Menurut Bempa (1990:256) bahwa "Pemain yang memiliki tingkat koordinasi (mata kaki) yang baik akan mampu menampilkan akurasi *shooting* dengan sempurna dan juga dengan cepat memecahkan masalah tugas yang muncul secara tidak terduga selama latihan".

Sehubungan dengan hal di atas, agar dapat mengetahui tingkat kemampuan koordinasi (mata kaki) dapat dilihat saat seorang pemain melakukan gerakan yang dilakukannya dengan mudah, berurutan, tepat waktu dan gerakan terkendali dengan baik. Artinya, gerakan yang ditampilkan tampak mudah, sederhana, halus dan ritmis memerlukan koordinasi dan hasilnya optimal. Koordinasi (mata kaki) yang tinggi akan mendukung penampilan dalam menciptakan akurasi *shooting* yang efektif dan efisien.

Penguasaan kecakapan fisik dan koordinasi merupakan salah satu tugas utama dalam mencapai keahlian atau menguasai keterampilan (Rahantoknam, 1988:128). Tanpa memiliki koordinasi (mata kaki) yang baik, maka kesesuaian dan keselarasan irama gerak, teknik *shooting* menjadi sulit untuk dapat dilaksanakan.

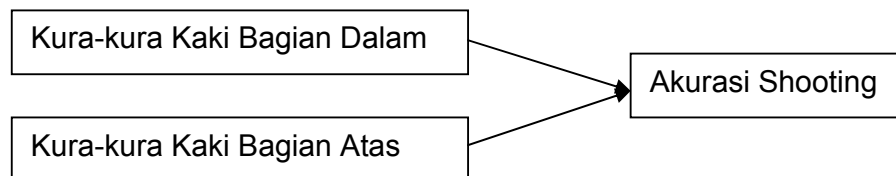
Berdasarkan pendapat para ahli di atas dapat dikemukakan bahwa koordinasi merupakan hubungan kerjasama antara susunan syaraf pusat dengan alat gerak saat berkontraksi, dalam menyelesaikan tugas-tugas motorik secara tepat dan terarah dalam setiap aktivitas olahraga. Koordinasi yang dimaksudkan adalah koordinasi khusus yaitu koordinasi (mata kaki) dalam rangka menentukan keberhasilan dalam menyelesaikan tugas motorik yaitu terhadap akurasi *shooting* sepakbola. Bagaimanapun juga ada faktor lain yang dapat mewarnai akurasi *shooting* di atas, seperti pengalaman berlatih dari pemain.

B. Kerangka Konseptual

Dalam permainan sepak bola menendang merupakan teknik yang paling banyak digunakan. Maka teknik dasar menendang bola merupakan dasar dalam permainan sepak bola. Seorang pemain yang tidak menguasai teknik menendang dengan sempurna maka pemain tersebut tidak mungkin akan menjadi pemain yang baik, dan kesebelasan sepak bola yang baik dan tangguh adalah suatu kesebelasan yang semua pemainnya menguasai teknik menendang bola dengan baik dengan cermat, cepat dan tepat pada sasaran, baik itu sasaran pada teman maupun sasaran dalam membuat gol ke mulut gawang lawan.

Dari dua macam tendangan yang telah diuraikan di atas yaitu, menggunakan kura-kura kaki bagian dalam dan kura-kura kaki bagian atas (*instep*), masing-masing mempunyai teknik dan hasil tendangan yang berbeda. Dengan demikian akan terdapat perbedaan akurasi masing-masing tendangan terhadap akurasi tendangan ke arah gawang.

Berdasarkan logika di atas, dapat disimpulkan bahwa masing-masing tendangan dengan teknik dan sikap kaki tumpu serta perkenaan bola yang akan ditendang berbeda, maka akan menghasilkan hasil dan kualitas *shooting* yang berbeda ke arah gawang. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada kerangka konseptual berikut :



Gambar 3 : Perbedaan akurasi *Shooting* dengan Menggunakan Kura-kura Kaki Bagian Dalam dengan Kura-kura Kaki Bagian Atas Atlet Sepakbola Usia 15 Tahun Kota Solok.

C. Hipotesis

Berdasarkan kajian teori dan kerangka konseptual di atas, maka dapat diajukan hipotesis penelitian yaitu: Terdapat perbedaan akurasi *shooting* ke gawang antara kura-kura kaki bagian dalam dengan kura-kura bagian atas Atlet Sepakbola Usia 15 Tahun Kota Solok.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan temuan penelitian dan pembahasan hasil penelitian maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

Berdasarkan analisis data dan pembahasan yang telah dipaparkan terdahulu, maka dapat dikemukakan beberapa kesimpulan:

1. Terdapat perbedaan akurasi shooting ke gawang dengan menggunakan kura-kura kaki bagian dalam dan kura-kura kaki bagian atas Atlet Sepakbola Usia 15 Tahun Kota Solok.
2. Akurasi shooting ke gawang dengan menggunakan kura-kura kaki bagian dalam lebih baik dari menggunakan kura-kura kaki bagian atas Atlet Sepakbola Usia 15 Tahun Kota Solok

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas maka penulis menyarankan beberapa hal :

1. Diharapkan kepada para pelatih agar lebih meningkatkan sistem pelatihan terutama untuk latihan Tendangan ke Gawang Menggunakan kura-kura kaki bagian dalam dan bagian atas karena dengan menggunakan teknik tinggi ini pemain akan dapat menciptakan gol ke gawang lawan.

2. Dan diharapkan juga kepada para pelatih agar dapat membuat tahapan-tahapan latihan sehingga akurasi tendangan para pemain dapat lebih ditingkatkan lagi.
3. Kepada pelatih agar memasukan unsur-unsur menendang dengan berbagai teknik terutama menendang dengan kura-kura bagian atas dan kura-kura bagian dalam untuk setiap program latihan yang dibuat.

DAFTAR RUJUKAN

- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Batty, Eric. 1982. *Latihan Sepakbola Metode Baru*. Bandung: Pioner Jaya.
- Bompa, Tudor. O. 1990. *Theory and Methodology of Training. Second Edition*. Dubuque Iowa: Kendall / Hant Publishing Company.
- Darwis, Ratinus. 1999. *Sepakbola*. Padang: FIK UNP Padang.
- Djezed dan Darwis. 1985. *Buku Pelajaran Sepakbola*. Padang: FPOK. IKIP Padang.
- Djezed dan Darwis. 1999. *Sepakbola*. Padang: FIK UNP.
- Emral, 2003. *Kontribusi Kelincahan dan Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Keterampilan Bermain Sepakbola*. Tesis. Padang: UNP
- Harsono, 1988. *Coaching and Aspek-Aspek Psikologis dalam Coaching*. CV. Tambak Kusuma Bandung
- Kiram, Yanuar. 1994. *Kemampuan Koordinasi Gerak dan Klasifikasi Aktifitas Olahraga*. Padang: FPOK IKIP.
- Kosasih, Engkos. 1993. *Olahraga Teknik dan Program Latihan*. Jakarta: Akademika Pressindo.
- Luxbacher Joseph A. 2001. *Sepakbola*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- UU RI.2005 *Tentang Sistim Keolahragaan Nasional*
- PSSI. 2008. *Peraturan Permainan*. Jakarta: FIFA.
- Pyke, Frank. S. 1991. *Toward Better Coaching*. Canberia : Australian Coaching. Philadelphia: Saunders College Publishing.
- Rahantoknam, B.E. 1988. *Belajar Motorik Teori dan Aplikasi Dalam Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Jakarta: P2LPTK Dikti.
- Sajoto, Muchamad. 1998. *Pembinaan Kondisi Fisik dalam Oahraga*. Jakarta: P2LPTK Ditjen Dikti Depdikbud
- Schmidt, Richard. A. 1984. *Motor Learning & Performance : From Principles to Practice*. Human Kinetics Books : Champaign Illionis.