

**PERBEDAAN AKURASI *SHOOTING* MENGGUNAKAN KURA-KURA KAKI DALAM
DAN KURA-KURA KAKI ATAS KE GAWANG PADA ATLET SEKOLAH
SEPAKBOLA (SSB) IV KOTO AUR MALINTANG KABUPATEN
PADANG PARIAMAN**

SKRIPSI

*Diajukan kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga sebagai
salah satu persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan*



Oleh:

**DIAN PRATAMA
NIM. 74447**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2011**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

PERBEDAAN AKURASI *SHOOTING* MENGGUNAKAN KURA-KURA KAKI
DALAM DAN KURA-KURA KAKI ATAS KE GAWANG PADA ATLET
SEKOLAH SEPAK BOLA (SSB) IV KOTO AUR MALINTANG
KABUPATEN PADANG PARIAMAN

Nama : DIAN PRATAMA
Bp\nim : 2006\74447
Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang Agustus 2011

Disetujui oleh :

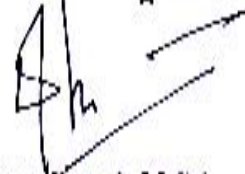
Pembimbing I



Drs. Zalfendi, M.Kes

NIP:19590602 198503 1003

Pembimbing II



Dra. Darni, M.Pd

NIP:19601225 198403 2 001

Menyetujui

Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



Drs. Hendri Naldi, M.Kes, AIFO

NIP:19620520 198703 1002

HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI

PERBEDAAN AKURASI *SHOOTING* MENGGUNAKAN KURA-KURA KAKI DALAM DAN KURA-KURA KAKI ATAS KE GAWANG PADA ATLET SEKOLAH SEPAK BOLA (SSB) IV KOTO AUR MALINTANG KABUPATEN PADANG PARIAMAN

*Dinyatakan lulus setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Jurusan
Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang*


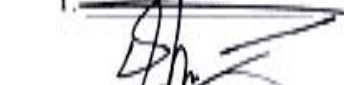

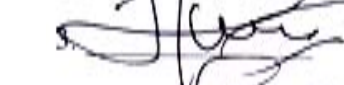

Nama : DIAN PRATAMA
Bp/Nim : 2006/74447
Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Agustus 2011

Tim Penguji

	Nama
1. Ketua	: Drs. Zalfendi, M.Kes
2. Sekretaris	: Dra. Darni, M.Pd
3. Anggota	: Drs. Jonni, M.Pd
4. Anggota	: Drs. Kidabra
5. Anggota	: Dra. Pitnawati, M.Pd

Tanda Tangan

1. 
2. 
3. 
4. 
5. 

ABSTRAK

Perbedaan Akurasi *Shooting* Menggunakan Kura-Kura Kaki Dalam dan Kura-Kura kaki Atas Ke Gawang Pada Atlet Sekolah Sepakbola (SSB) IV Koto Aur Malintang Kabupaten Padang Pariaman

OLEH : Dian Pratama (74447)/2011

Masalah dalam penelitian ini adalah rendahnya kemampuan *shooting* baik menggunakan kura-kura kaki dalam dan menggunakan kura-kura kaki atas. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan akurasi *shooting* menggunakan kura-kura kaki dalam dengan menggunakan kura-kura kaki atas.

Jenis penelitian ini adalah *Expost facto* dan data diambil langsung melalui teknik testing. Populasi dari penelitian ini adalah atlet SSB IV Koto Aur Malintang Kabupaten Pariaman yang berjumlah 65 orang. Teknik pengumpulan sampel adalah *purposive sampling* yaitu penarikan sampel atlet yang berumur 14 – 17 tahun sebanyak 20 orang. Alat yang digunakan untuk pengumpulan data adalah tes akurasi *shooting*, kemudian dianalisis dengan statistik teknik uji t secara manual.

Hasil yang diperoleh dari penelitian ini adalah sebagai berikut perbedaan akurasi *shooting* atlet menggunakan kura-kura kaki dalam dengan atlet menggunakan kura-kura kaki atas yaitu, tidak terdapat perbedaan akurasi *shooting* $t_{hitung} = 1,35$ sedangkan $t_{tabel} = 2,10$ dengan taraf signifikan 0.05. berarti $t_{hitung} (1,35) < t_{tabel} (2,10)$ sehingga H_0 diterima dan H_a ditolak, jadi kesimpulannya tidak terdapat perbedaan akurasi *shooting* antara atlet menggunakan kura-kura kaki dalam dengan menggunakan kura-kura kaki atas.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT, karena berkat rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Kontribusi Kelincahan dan Kecepatan terhadap Kemampuan *Dribling* dalam Permainan Sepakbola di Klub Putra Remaja Suger (PRS) Sungai Geringging Kabupaten Padang Pariaman”. Skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi syarat untuk memperoleh gelar sarjana pada jurusan Pendidikan Olahraga di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Sebagai penulis pemula, penulis menyadari banyak terdapat kesalahan dan kekhilafan dalam penulisan skripsi ini. Oleh sebab itu saran dan kritik yang membangun sangat diharapkan sekali demi kesempurnaan dimasa yang akan datang.

1. Bapak Prof. Z. Mawardi, M.Pd, selaku Rektor Universitas Negeri Padang yang telah memberikan kesempatan menimba ilmu di Fakultas Ilmu Keolahragaan.
2. Bapak Drs. H. Arsil, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan peluang bagi penulis untuk melanjutkan studi di Fakultas ini.
3. Bapak Drs. Zalfendi, M.Kes selaku pembimbing I yang penuh ketulusan dan kesabaran membimbing dan memberi arahan sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.

4. Bapak Dra. Darni, M.Pd.. selaku pembimbing II yang telah meluangkan waktunya dalam membimbing penulis.
5. Bapak Drs. Kibadra, Drs. Jonni, M.Pd., Dra. Pitnawati, M.Pd. selaku dosen penguji yang telah membantu dalam penyempurnaan skripsi ini.
6. Seluruh staf pengajar Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
7. Teristimewa buat Ayah dan Ibunda yang telah memberikan dukungan dalam menyelesaikan skripsi ini.
8. Pihak Sekolah Sepakbola (SSB) IV Koto Aur Malintang yang telah mengizinkan penulis untuk melakukan penelitian.
9. Teman-teman angkatan 2006 yang telah memberikan dorongan dan bantuan dalam menyelesaikan skripsi ini.

Semoga bantuan dan dukungan yang telah diberikan menjadi amal ibadah dan mendapat balasan yang setimpal dari Allah SWT. Akhirnya pada semua pembaca, penulis harapan semoga hasil penulisan ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Padang, Juni 2011

Penulis

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	ii
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Pembatasan Masalah	7
D. Perumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	7
BAB II KAJIAN TEORI DAN KERANGKA TEORI	
A. Kajian Teori	9
1. Permainan Sepakbola	9
2. Akurasi Shooting	13
B. Kerangka Konseptual	26
C. Hipotesis	26
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	27
B. Tempat dan Waktu Penelitian	27

C. Populasi dan Sampel	27
D. Jenis dan Sumber Data	28
E. Alat Pengumpul Data (Instrumen)	28
F. Teknik Analisis Data	31

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data	32
B. Pengujian Uji Persyaratan Analisis	34
C. Uji Hipotesis	36
D. Pembahasan	37

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	39
B. Saran	39

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi Penelitian.....	27
2. Distribusi Frekuensi Variabel akurasi <i>shooting</i> kura-kura kaki dalam	32
3. Distribusi Frekuensi Variabel akurasi <i>shooting</i> kura-kura kaki atas	33
4. Uji Normalitas Data	35
5. Uji Homogenitas Akurasi shooting kura-kura kaki dalam dan kura-kura kaki atas.....	36
6. Data Hasil Uji t Perbedaan Akurasi Shooting Atlet Menggunakan Kura-Kura Kaki Dalam dengan menggunakan Kura-kura Kaki Atas	36

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Konseptual	26
2. Bentuk Pelaksanaan Tes Akurasi <i>Shooting</i>	30
3. <i>Scoring</i> Pada Tes Akurasi <i>Shooting</i>	31
4. Histogram Distribusi Frekuensi Akurasi <i>Shooting</i> Kura-Kura Dalam	33
5. Histogram Distribusi Frekuensi Akurasi <i>Shooting</i> Kura-Kura Atas	34

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Hasil Akurasi <i>Shooting</i> Kura-Kura Kaki Dalam.....	43
2. Hasil Akurasi <i>Shooting</i> Kura-Kura Kaki Atas.....	44
3. Uji Normalitas Akurasi <i>Shooting</i> Kura-Kura Kaki Dalam	45
4. Uji Normalitas Akurasi <i>Shooting</i> Kura-Kura Kaki Atas.....	46
5. Uji Homogen Akurasi <i>Shooting</i> Kura-Kura Kaki Dalam dengan Kura-Kura Kaki Atas.....	47
6. Uji Perbedaan Akurasi <i>Shooting</i> Akurasi <i>Shooting</i> Kura-Kura Kaki Dalam dengan Kura-Kura Kaki Atas	48
7. Foto Penelitian	50

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sepakbola merupakan salah satu olahraga didunia 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 diseluruh 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 diatas 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. Disamping 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 khusus tersebut dapat meliputi kondisi fisik, teknik, taktik, mental serta sarana dan prasarana yang digunakan”.

Pendapat diatas mengemukakan bahwa dalam prestasi olahraga sepakbola, banyak faktor yang mempengaruhi, khususnya faktor fisik, teknik, taktik dan 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 *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 hakikat 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 persepakbolaan modern saat ini tendangan ke gawangpun sudah sangat variatif seperti: kura-kura kaki bagian dalam dan kura-kura kaki bagian atas.

Disamping itu, mencetak gol atau *shooting* merupakan bagian terpenting dari permainan sepakbola, dengan lahirnya gol maka semangat bermain akan bertambah. Djezed 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 diatas 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 diatas 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 merupakan kerjasama antara simpul syaraf yang diteruskan ke otak dan dilanjutkan ke otot untuk berkontraksi, melalui akurasi shooting yang baik. Harsono (1988:56) mengemukakan bahwa; apabila koordinasi mata dan kaki yang 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 diatas 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 diatas, permasalahan ini diduga terjadi pada atlet sepakbola SSB IV Koto Aur Malintang Kabupaten Padang Pariaman. Atlet sepakbola SSB IV Koto Aur Malintang Kabupaten Padang Pariaman melakukan aktivitas latihan tiga kali seminggu. Walaupun SSB IV Koto Aur Malintang Kabupaten Padang Pariaman sudah melakukan latihan tiga kali dalam seminggu, akan tetapi atlet SSB IV Koto Aur Malintang masih belum memiliki kemampuan *shooting* ke gawang secara efektif dan akurat.

Apabila hal ini terjadi pada atlet 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 efektifitas dan akurasi *shooting* tersebut adalah waktu pada saat melakukan tendangan tidak tepat dimana 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 dan kura-kura kaki bagian atas jarang digunakan, namun karena dalam posisi tersebut maka arah bola tidak tepat pada sasaran.

Selain beberapa faktor diatas, 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 diatas. 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 penampilan pemain. Sebagai contoh dengan keadaan angin yang cukup kencang, maka dalam pelaksanaan *shooting* kearah gawang kemungkinan akan melenceng, karena dipengaruhi kencangnya angin.

Berdasarkan faktor-faktor diatas, dikhawatirkan akan lebih memperburuk keadaan kualitas *shooting* pemain, akan membawa dampak terhadap keberhasilan tim selama mengikuti kompetisi. Sampai saat sekarang

prestasi atlet SSB IV Koto Aur Malintang 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 dalam, dan kura-kura bagian atas. Oleh karena itu penelitian ini dirancang untuk mengetahui Perbedaan Akurasi *Shooting* menggunakan Kura-kura Kaki dalam dan Kura-kura Kaki Atas ke Gawang pada Atlet Sepakbola SSB IV Koto Aur Malintang Kabupaten Padang Pariaman.

B. Identifikasi Masalah

Mengingat banyaknya permasalahan yang dapat dikemukakan dalam latar belakang masalah diatas, maka penulis mengidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Teknik shooting yang belum di kuasai dengan baik oleh atlet sekolah sepak bola IV Koto Aur Malintang
2. Keadaan lapangan adalah salah satu faktor eksternal yang besar pengaruhnya terhadap hasil *shooting* seorang pemain sepakbola.
3. Cuaca juga ikut mempengaruhi, dengan keadaan cuaca yang buruk akan mengganggu hasil shooting
4. Perlengkapan seperti sepatu dan bola, juga mempengaruhi hasil akurasi shooting.

Pembatasan Masalah

Mengingat masalah dan identifikasi masalah diatas cukup luas, maka penelitian ini hanya dibatasi kepada ”Perbedaan akurasi *shooting* menggunakan kura-kura kaki bagian dalam dan kura-kura kaki bagian atas ke gawang atlet SSB IV Koto Aur Malintang Kabupaten Padang Pariaman.

C. Perumusan Masalah

Agar penelitian ini terarah dengan baik maka terlebih dahulu dikemukakan perumusan masalah yang akan diteliti: Apakah terdapat perbedaan akurasi *shooting* menggunakan kura-kura kaki bagian dalam dan kura-kura kaki bagian atas ke gawang atlet SSB IV Koto Aur Malintang Kabupaten Padang Pariaman?

D. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah: Untuk mengetahui perbedaan akurasi *shooting* menggunakan kura-kura kaki bagian dalam dan kura-kura kaki bagian atas ke gawang atlet SSB IV Koto Aur Malintang Kabupaten Padang Pariaman.

E. Manfaat Penelitian

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

1. Para pelatih dan pengurus sepakbola untuk menentukan tindakan-tindakan dalam bimbingan atau pembinaan bagi atlet 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 sepakola dengan baik.
3. Penulis dapat memperkaya pengetahuan, tentang cara shooting menggunakan kura-kura kaki bagian dalam dan atas terhadap akurasi shooting ke gawang dalam bermain sepakbola.
4. Sebagai salah satu syarat bagi penulis untuk mendapatkan gelar sarjana di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

BAB II

KAJIAN TEORI DAN KERANGKA TEORI

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 diantaranya menjadi penjaga gawang". Berdasarkan pendapat tersebut dapat dipahami bahwa permainan sepakbola adalah permainan yang dilakukan oleh dua tim yang saling berlawanan.

Selanjutnya Batty dalam April (2010:13) mengatakan bahwa "Sepakbola adalah sebuah permainan sederhana, dan rahasia dalam permainan sepakbola yang baik adalah melakukan hal-hal yang sederhana, sebaik-baiknya". Pendapat ini mengemukakan bahwa pada permainan sepakbola memiliki struktur dalam pertandingan. Dalam permainan hanya ada satu orang yaitu penjaga gawang yang dapat menggunakan tangan dalam menangkap bola, dan itupun hanya boleh dilakukan didalam kotak 16 besar.

Sepakbola merupakan olahraga yang memiliki aktivitas gerak yang menuntut berbagai keterampilan, teknik dan taktik disamping kondisi yang prima bagi pelakunya, serta dalam permainan sepakbola juga

mengutamakan kekompakan tim dalam menjalin kerjasama yang baik diantara 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 ketempat lain dengan menggunakan kaki atau bagian kaki.
- b) Menahan dan mengontrol: merupakan teknik dalam usaha untuk menghentikan atau mengambil bola untuk dikuasai sepenuhnya.
- c) Menggiring bola (*dribbling*); merupakan teknik dalam usaha bola dari suatu daerah kedaerah lain pada saat permainan sedang berlangsung.

Pendapat diatas 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 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 memasukkan bola ke gawang lawan, 3) untuk menghidupkan kembali bola setelah terjadi suatu pelanggaran seperti tendangan bebas, tendangan penjur, tendangan hukuman 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 diatas dapat dipahami bahwa shooting sangat berperan penting dalam permainan sepakbola, diantaranya 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 ke arah letak bola dan ke arah mana 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 diatas 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 berbagai unsur lainnya seperti taktik yang dapat menimbulkan daya tarik tersendiri dengan tujuan menciptakan gol ke gawang lawan dan sebagainya.

SSB IV Koto Aur Malintang, merupakan SSB yang cukup rutin dalam melakukan latihan. Klub ini dibina karena diharapkan dapat mencapai prestasi yang maksimal. Namun dari beberapa tahun terakhir muncul permasalahan pada SSB IV Koto Aur Malintang, yaitu masih kurangnya pencapaian prestasi oleh SSB ini. Rendahnya pencapaian prestasi ini salah satu penyebabnya adalah karena rendahnya kemampuan shooting dengan kura-kura kaki dalam dan kura-kura kaki atas. Ini terlihat pada setiap kesempatan shooting ke gawang, banyak atlet SSB IV Koto Aur Malintang yang gagal memasukkan bola, karena bola yang ditendang cenderung melenceng dan tidak mengenai arah sasaran, dan shooting yang dilakukan pemain sering melebar kesamping kiri dan kanan ataupun naik melewati mistar gawang.

Berdasarkan penjelasan diatas, apabila fenomena tersebut terus dibiarkan akan berdampak kurang baik untuk kemajuan prestasi SSB IV Koto Aur Malintang (Hasil wawancara dilapangan sepakbola IV Koto Aur Malintang).

2. Akurasi Shooting

a. 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 adalah kemampuan atlet untuk mengarahkan suatu gerak ke suatu sasaran (terget)". Selanjutnya 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 (maksud disini adalah jarak antara mata, kaki, bola dan gawang)
- 5) Benar tidaknya penguasaan teknik (teknik yang dimaksud 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 ransangan 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 diatas untuk menghasilkan shooting yang bagus dapat dilakukan dengan latihan berulang-ulang dari tingkat kesulitan yang sederhana ke tingkat kesulitan yang lebih kompleks dilakukan dalam waktu yang telah ditentukan.

b. 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).

Berdasarkan uraian diatas 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, kekuatan serta 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 di *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 di 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 di *shooting*,
- 3). Kaki yang menahan keseimbangan terangkat dari permukaan lapangan.

Berdasarkan pendapat para ahli dapat dikemukakan bahwa tujuan dari *shooting* adalah memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan. Sesuai dengan ide 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 di antaranya 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 dalam adalah *shooting* yang dilakukan tepat ditengah-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:

a) 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).

b) Kaki yang menendang

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

c) Sikap badan

Pada waktu 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.

d) 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 di letakkan 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), kemudian perlu diperhatikan kaki yang akan menendang, sikap badan, dan pandangan mata.

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 dibuthkan 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 disamping bola, 2) kaki tumpu diarahkan ke sasaran tendangan, 3) lutut kaki tumpu sedikit dibengkokkan, 4) ayunan kaki tendang diikuti oleh gerakan pinggang, 5) perkiraan punggung kaki bagian atas tepat ditengah bola, 6) Pergelangan kaki dikakukan atau dikuatkan, 7) Ujung kaki tendang di arahkan ke tanah (kebawah), 8) pada saat melakukan tendangan tubuh bagian atas berada diatas bola, 9) Target antara tiang dan penjaga gawang , dan 10)Siap bola memantul.

Berdasarkan uraian diatas terlihat sistematika atas 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.

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 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 diatas 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 Bompa (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 Kiram (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 diatas 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 di kombinasikan dengan kemampuan biomotoriknya sesuai dengan karakteristik cabang olahraga yang dipilih. Pada penelitian ini 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 neuromusculer 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 efektivitas kerja otot-otot bekerja sama 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 Bompa(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”.

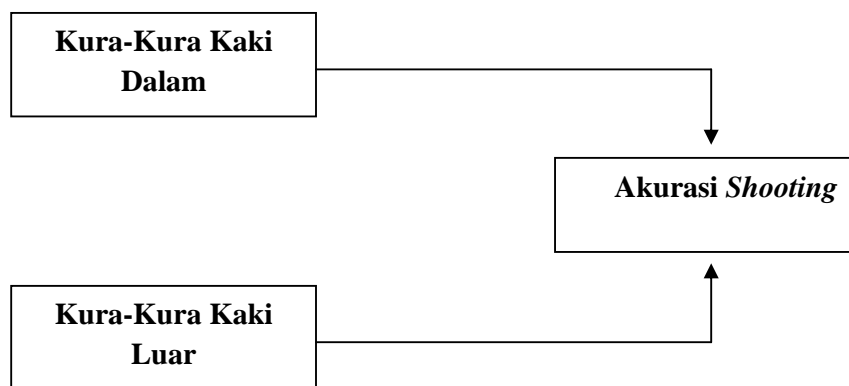
Sehubungan dengan hal diatas, agar dapat mengetahui tingkat kemampuan koordinasi (mata-kaki) dapat dilihat saat seorang pemain melakukan gerakan yang dilakukannya dengan mudah, berurutan, tepat waktu dan gerakan terkendali dengan baik. Artinya, gerakan yang ditampilkan tampak mudah, sederhana, halus 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 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 dan pemain.

B. Kerangka Konseptual

Shooting merupakan kemampuan pemain menendang bola ke arah gawang dalam waktu secepat mungkin sejak datangnya bola, oleh sebab itu daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata-kaki sangat berperan sekali terhadap hasil *shooting* ke gawang. Apabila daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata-kaki kurang baik, maka kaki tidak dapat melakukan gerakan secara cepat, sehingga *shooting* yang diharapkan cepat sampai ke mulut gawang dan mencapai sasaran yang tepat tidak terlaksana dengan baik.



Gambar 1 : Kerangka Konseptual

C. Hipotesis

Berdasarkan kajian teori dan kerangka konseptual yang telah dikemukakan sebelumnya, maka dapat diajukan hipotesis penelitian sebagai berikut: Terdapat Perbedaan akurasi shooting menggunakan kura-kura kaki bagian dalam dan kura-kura kaki bagian atas ke gawang atlet SSB IV Koto Aur Malintang Kabupaten Padang Pariaman.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan pada bab terdahulu dapat dikemukakan kesimpulan sebagai berikut:

1. Akurasi *shooting* menggunakan kura-kura kaki dalam lebih baik dari pada Menggunakan kura-kura kaki atas, dapat dilihat dari rata-rata akurasi *shooting* menggunakan kura-kura kaki dalam 10,45, dan menggunakan kura-kura kaki atas 9,75.
2. Tidak terdapat perbedaan akurasi *shooting* atlet menggunakan kura-kura kaki dalam dengan menggunakan kura-kura kaki atas. Dengan $t_{hitung} = 1,35 < t_{tabel} = 2,10$. Dengan itu H_0 diterima dan H_a ditolak dapat disimpulkan tidak terdapat perbedaan akurasi *shooting* menggunakan kura-kura kaki dalam dengan menggunakan kura-kura kaki atas.

B. Saran

Berdasarkan pada kesimpulan di atas, maka peneliti ingin memberikan saran-saran yang diharapkan untuk dapat membantu memperoleh akurasi *shooting* yang baik bagi atlet menggunakan kura-kura kaki dalam dan menggunakan kura-kura kaki atas sebagai berikut:

1. Untuk mendapatkan hasil yang optimal khususnya akurasi *shooting*, peneliti menyarankan pada pelatih untuk memberikan latihan-latihan khusus yang dapat mengembangkan akurasi *shooting* atlet.

2. Agar mendapatkan akurasi *shooting* yang lebih baik atlet harus disiplin dan sikap sportifitas dalam setiap melakukan proses latihan.
3. Bagi para peneliti lain disarankan untuk dapat melakukan penelitian pada SSB lainnya dan jumlah sampel yang lebih banyak.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur 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.
- 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*. Bandung: CV. Tambak Kusuma
- Kiram, Yanuar. 1994. *Kemampuan Koordinasi Gerak dan Kalasifikasi Aktivitas Olahraga*. Padang: FPOK IKIP.
- Kosasih, Engkos. 1993. *Olahraga Teknik dan Program Latihan*. Jakarta: Akademi Pressindo.
- Luxbacher Joseph A. 2001. *Sepakbola*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- UU RI. 2005. *Tentang Sistem 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 Olahraga*. Jakarta: P2LPTK Ditjen Dikti Depdikbud.
- Schmidt, Richard. A. 1984. *Motor Learning dan Performance: From Principles to Practice*. Human Kinetics Books: Champaign Illionis.