

**PENGARUH LATIHAN MENENDANG MENGGUNAKAN KURA-KURA
KAKI BAGIAN DALAM DAN KURA-KURA KAKI BAGIAN ATAS
TERHADAP AKURASI TENDANGAN KE GAWANG**

*(Studi Eksperimen pada Pemain Sepakbola PS. Taruna Mandiri
Kota Padang)*

TESIS



Oleh:

**A P R I L
2008/10961**

**Ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan dalam
mendapatkan gelar Magister Pendidikan**

**KONSENTRASI MANAJEMEN PENDIDIKAN OLAHRAGA
PROGRAM STUDI ADMINISTRASI PENDIDIKAN
PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2010**

HALAMAN PERSETUJUAN

TESIS

**PENGARUH LATIHAN MENENDANG MENGGUNAKAN KURA-KURA
KAKI BAGIAN DALAM DAN KURA-KURA KAKI BAGIAN ATAS
TERHADAP AKURASI TENDANGAN KE GAWANG**

*(Studi Eksperimen pada Pemain Sepakbola PS. Taruna Mandiri
Kota Padang)*



Oleh:

**A P R I L
2008/10961**

Pembimbing I

Pembimbing II

Prof. Dr. Sayuti Syahara, M.S., AIFO

Dr. Adnan Fardi, M.Pd.

**KONSENTRASI MANJEMEN PENDIDIKAN OLAAHRAGA
PROGRAM STUDI ADMINISTRASI PENDIDIKAN
PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2010**

ABSTRACT

April. 2010. The Effect of Kick Exercise by Using the Instep and in the Upper Leg Toward the Kick Accuracy on Goal (Experimental Study on Independent Youth Football Association Padang).
Thesis. Graduate Program, State University of Padang.

The Problems that is found in the field since 2006 was the low achievement in football at the Soccer player at club athletes Taruna Mandiri Football Association as a result of low accuracy (kick that produces goals) kick into the goal. For that reason the researcher need to do the research to overcome the problem's above. The aim of this study is to determine the effect of kick exercise with instep and the inside of instep kick accuracy the top of the goal.

This study use experiment method with population consists of 20 athletes who train at the Union Club Youth Football HS. Because of the limitations of existing populations, the research sample is taken together with the existing population. Instrumen used in this research is football kick accuracy measurement, while data analysis, data description, and hyphotesis technique used descriptive and inferencial statistic by using the formula of t-test for dependent sample.

The results of data analysis shows that: 1) there is the effect of kick exercises with the instep striking in the accuracy of goal-kick into $t > t_{table}$ ($3.498 > 2.262$); 2) there is the effect of kick exercises with instep striking on the accuracy of the top t-kick on goal $> t_{table}$ ($2.689 > 2.262$), and there are no differences in the effect of kick exercise by an instep striking inside with instep striking on top to the accuracy of the center-kick into the goal $t < t_{table}$ ($4,91 < 2.101$). Thus, the first and second hypothesis is accepted while the third hypothesis is not accepted.

ABSTRAK

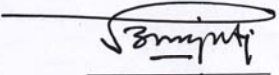
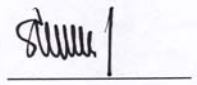
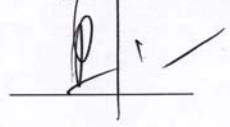
April. 2010. Pengaruh Latihan Menendang Menggunakan Kura-kura Kaki Bagian Dalam dan Kura-kura Kaki Bagian Atas terhadap Akurasi Tendangan ke Gawang (Studi Eksperimen pada Persatuan Sepakbola Taruna Mandiri Kota Padang). *Tesis*. Program Pascasarjana Universitas Negeri Padang.

Permasalahan yang ditemui di lapangan sejak tahun 2006 adalah rendahnya pencapaian prestasi pada pemain sepakbola Klub Persatuan Sepakbola Taruna Mandiri sebagai akibat rendahnya akurasi (tendangan yang menghasilkan gol) tendangan ke gawang. Untuk itu, perlu dilakukan penelitian sebagai salah satu upaya untuk mengatasi permasalahan di atas. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui pengaruh latihan menendang menggunakan kura-kura kaki bagian dalam dan kura-kura kaki bagian atas terhadap akurasi tendangan ke gawang.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen dengan populasi sebanyak 20 orang pemain yang berlatih pada Klub Persatuan sepakbola Taruna Mandiri. Karena keterbatasan populasi yang ada, maka sampel penelitian yang diambil sama dengan jumlah populasi yang ada. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes akurasi tendangan dalam sepakbola, sedangkan teknik analisis data dengan pendiskripsian data dan pengujian hipotesis dalam, diolah dengan memakai statistik deskriptif dan inferensial dengan rumus uji-t sampel terikat.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa: 1) terdapat pengaruh latihan menendang menggunakan kura-kura kaki bagian dalam terhadap akurasi tendangan ke gawang $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($3,498 > 2,262$); 2) terdapat pengaruh latihan menendang menggunakan kura-kura bagian atas terhadap akurasi tendangan ke gawang $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($2,689 > 2,262$); dan 3) tidak terdapat perbedaan pengaruh latihan menendang menggunakan kura-kura kaki bagian dalam dengan kura-kura kaki bagian atas terhadap akurasi tendangan ke gawang $t_{hitung} < t_{tabel}$ ($0,49 < 2,101$). Dengan demikian, hipotesis pertama, kedua diterima dan ketiga ditolak.

**PERSETUJUAN KOMISI
UJIAN TESIS MAGISTER KEPENDIDIKAN**

No.	Nama	Tanda Tangan
1	<u>Prof. Dr. Sayuti Syahara, M.S., AIFO</u> (Ketua)	
2	<u>Dr. Adnan Fardi, M.Pd.</u> (Sekretaris)	
3	<u>Prof. Dr. Gusril, M.Pd.</u> (Anggota)	
4	<u>Prof. Dr. Eddy Marheni, M.Pd.</u> (Anggota)	
5	<u>Prof. Dr. Rusdinal, M.Pd.</u> (Anggota)	

Mahasiswa

Mahasiswa : **APRIL**
NIM. : 10961
Tanggal Ujian : 27 - 9 - 2010

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis dengan judul **“Pengaruh Latihan Menendang Menggunakan Kura-Kura Kaki Bagian Dalam dan Kura-Kura Kaki Bagian Atas terhadap Akurasi Tendangan Ke Gawang”**.

Tujuan penulisan tesis ini adalah untuk melengkapi sebagian persyaratan memperoleh gelar Master Pendidikan (M.Pd.) pada program studi Administrasi Pendidikan Konsentrasi Manajemen Pendidikan Olahraga Program Pascasarjana (PPs) Universitas Negeri Padang.

Dalam pelaksanaan penulisan tesis ini peneliti banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Untuk itu, melalui ini peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak baik perorangan maupun badan-badan terkait yang telah memberikan bantuan dan bimbingan sampai selesainya tesis ini.

Untuk itu, peneliti ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada Rektor Universitas Negeri Padang, Direktur Program Pascasarjana Universitas Negeri Padang dan Ketua konsentrasi Manajemen Pendidikan Olahraga yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga penulis dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan tesis ini. Secara khusus peneliti ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Sayuti Syahara, MS., AIFO. selaku Pembimbing I dan Dr. Adnan Fardi, M.Pd. selaku Pembimbing II, yang telah memberikan

bimbingan dan dorongan, semangat, pemikiran dan pengarahan yang sangat berarti dalam penulisan tesis ini.

2. Prof. Dr. Eddy Marheni, M.Pd., Prof. Dr. Gusril, M.Pd. dan Prof. Dr. Rusdinal, M.Pd. selaku Tim kontributor yang telah memberikan masukan, saran, motivasi, sumbangan pemikiran dan pengarahan yang sangat berarti baik dalam penulisan maupun dalam menguji tesis ini.
3. Seluruh Staf Program Pascasarjana Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmunya kepada penulis selama penulis mengikuti perkuliahan.
4. Bapak Dekan, pembantu Dekan I, II, III, Ketua dan Sekretaris Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, yang telah memberikan bantuan baik moril dan materil.
5. Buat teman-teman yang senasib dan seperjuangan yang tidak disebutkan namanya satu persatu yang telah memberikan bantuan dan dorongan baik moril maupun materil dalam penyusunan tesis ini.
6. Koordinator, pengurus, pembina, pelatih dan pemain PS. Taruna Mandiri yang telah ikut membantu dan memberikan kemudahan dalam terlaksananya penelitian ini.
7. Khusus kepada kedua orang tua, ayah Naik (Almarhum) dan Ibu Alidar (Almarhum), serta seluruh keluarga yang berjasa memberikan dorongan dan nasehat bagi peneliti sampai penyelesaian tesis ini.
8. Teristimewa buat istri saya Dra. Fauziah dan anak tercinta Daffa Salsabila Luthfi dengan segala pengertian dan kasih sayang serta memberikan dorongan serta do'a sehingga peneliti dapat menyelesaikan tesis ini.

Akhirnya peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu, semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal dan tesis ini bermanfaat bagi kita semua.

Amin.....

Padang, Desember 2010

Peneliti

DAFTAR ISI

ABSTRACT	i
ABSTRAK	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
 BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	10
C. Pembatasan Masalah	11
D. Perumusan Masalah	12
E. Tujuan Penelitian	12
F. Manfaat Penelitian	13
 BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	14
1. Hakikat Tendangan ke Gawang	14
2. Teknik Menendang	17
3. Hakikat Akurasi Tendangan	23
B. Kerangka Pemikiran	31
C. Hipotesis	34
 BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	36
B. Tempat dan Waktu Penelitian	37
C. Populasi dan Sampel	38
D. Definisi Operasional	39
E. Jenis dan Sumber Data	39
F. Teknik Pengumpulan Data	40
G. Instrumen Penelitian	42
H. Prosedur Penelitian	44
I. Teknik Analisa Data	46
 BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data	48
B. Pengujian Persyaratan Analisis Data	53
C. Pengujian Hipotesis	54
D. Pembahasan Hasil Penelitian	57
E. Keterbatasan Penelitian	67

BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	
A. Kesimpulan	68
B. Implikasi	68
C. Saran	70
DAFTAR RUJUKAN	72
LAMPIRAN	74

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi Penelitian.....	38
2. Data <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i> Tendangan dengan Kura-Kura Kaki Bagian Dalam.....	48
3. Data <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i> Tendangan dengan Kura-Kura Kaki Bagian Atas	51
4. Rangkuman Hasil Pengujian Normalitas	54
5. Rangkuman Hasil Pengujian Hipotesis Pertama	55
6. Rangkuman Hasil Pengujian Hipotesis Kedua	56
7. Rangkuman Hasil Pengujian Hipotesis Ketiga.....	56

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Tendangan dengan Menggunakan Kura-kura Kaki Bagian Dalam	19
2. Anatomi <i>Ektremitas Inferior</i>	20
3. Tendangan dengan Menggunakan Kura-kura Kaki Bagian Atas	22
4. Anatomi <i>Ektremitas Inferior</i>	23
5. Koordinasi Gerak.....	30
6. Pengaruh Latihan Menendang Menggunakan Kura-kura Kaki Bagian Dalam, dan Kura-kura Kaki Bagian Atas, terhadap Akurasi Tendangan ke Gawang pada PS. Taruna Mandiri	34
7. Rancangan Penelitian.	37
8. Bentuk Pelaksanaan Tes Akurasi Tendangan.....	43
9. Histogram <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i> Tendangan Kura-kura Kaki bagian Dalam	50
10. Histogram <i>Pre-Test</i> dan <i>Post-Test</i> Tendangan Kura-kura Kaki bagian Atas	53

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Uji Normalitas Hasil Tendangan Kura-kura Kaki Bagian Dalam.....	74
2. Uji Normalitas Hasil Tendangan Kura-kura Kaki Bagian Dalam	75
3. Analisis Pengujian Hipotesis Pertama	76
4. Analisis Pengujian Hipotesis Kedua.....	77
5. Analisis Pengujian Hipotesis Ketiga.....	78
6. Satuan Latihan	80
7. Foto Dokumentasi Penelitian	83
8. Data Statistik Pertandingan.....	91
9. Surat Izin Penelitian dari Program Pascasarjana.	92
10. Surat Keterangan dari PS. Taruna Mandiri.....	93
11. Daftar Hadir Peneliti.	94

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, mulai lingkungan pedesaan sampai perkotaan. Dengan berbagai latar belakang serta tujuan yang berbeda serta makin menjamurnya klub-klub sepakbola maupun sekolah sepakbola (SSB), ini membuktikan bahwa sepakbola merupakan cabang olahraga yang sangat populer di masyarakat kita, sehingga tidak jarang kita dengar bahwa sepakbola merupakan olahraga rakyat.

Salah satu tujuan dalam kegiatan olahraga diantaranya adalah mencapai prestasi olahraga yang setinggi-tingginya termasuk diantaranya adalah sepakbola. Tujuan yang bersifat prestatif ini dilandasi oleh Undang-Undang Republik Indonesia No. 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional, dalam pasal 20 ayat 2 dan 3 yang 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 (Kementerian Negara Pemuda dan Olahraga, 2007: 12)

Dari uraian di atas, dapat dilihat bahwa prestasi olahraga sepakbola Indonesia harus didukung oleh pembinaan dan pengembangan secara terencana, berjenjang dan berkelanjutan yang didasari oleh ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan mutakhir. Namun demikian, dukungan sistem saja masih belum cukup, tetapi juga dibutuhkan bakat kemampuan dan potensi individual untuk mencapai prestasi yang diinginkan tersebut. Artinya, untuk mencapai prestasi olahraga yang maksimal, upaya yang dilakukan harus lebih bersifat komprehensif, seperti yang dikemukakan oleh Weineck dalam Syafruddin (2005:29) bahwa:

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.

Berdasarkan pendapat tersebut di atas, maka prestasi olahraga khususnya sepakbola, perlu didukung oleh sekian banyak faktor lain. Faktor-faktor antara lain, faktor psikologis, fisiologis, lingkungan, sarana dan prasarana dan lain sebagainya.

Ide permainan sepakbola adalah memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dan mempertahankan gawang sendiri dari kemungkinan kebobolan. Mengacu kepada teori sebelumnya, bahwa permainan sepakbola merupakan suatu bentuk permainan yang sangat didominasi oleh keterampilan terbuka (*open skill*), ini berarti bahwa sepakbola merupakan suatu keterampilan yang sangat dipengaruhi oleh aspek lingkungan seperti lawan, lapangan, angin dan lain-lain. Oleh sebab

itu teknik (selain dari taktik dan fisik) yang dikuasai oleh pemain merupakan suatu bentuk pilihan-pilihan yang harus ditentukan sesuai dengan situasi dan kondisi yang terjadi pada saat itu.

Sampai saat ini, sepakbola *modern* mengenal berbagai macam teknik dalam sepakbola, seperti menendang, mengoper/passing, *heading*, *throwing* dan lain sebagainya. Salah satu jenis teknik dasar pokok yang perlu dikuasai oleh para pemain adalah teknik menendang atau tendangan. Apakah itu tendangan yang bersifat untuk tujuan kerjasama atau tendangan akhir yang dapat menghasilkan sebuah gol. Dengan mempelajari dan menguasai tendangan yang benar, diharapkan dapat meningkatkan keakuratan tendangan bola apakah itu ke teman satu tim atau ke gawang. Semakin sempurna kemampuan tadi dikuasai, maka akan semakin besar pula kesempatan untuk menempatkan bola sedemikian rupa sehingga dapat menghasilkan kerjasama yang baik maupun kesempatan untuk mencetak gol ke gawang lawan sebanyak-banyaknya.

Pada hakikatnya setiap pemain harus mampu melakukan tendangan. Oleh sebab itu khususnya untuk pemain depan harus memiliki kemampuan tendangan yang baik, akurat dan efisien ke arah gawang lawan. Pada perkembangan persepakbolaan *modern* saat ini tendangan ke gawang sudah berkembang lebih variatif seperti: kura-kura kaki bagian dalam, kura-kura kaki bagian atas, kura-kura kaki bagian luar, ujung jari/sepatu kaki, kaki bagian dalam, menendang dengan tumit sudah

menjadi salah satu alternatif dalam mencetak gol ke gawang lawan walaupun masih sangat jarang dilakukan.

Persatuan Sepakbola (PS) Taruna Mandiri Kota Padang adalah salah satu klub sepakbola yang juga melakukan pembinaan pemain sepakbola untuk mencapai target prestasi yang maksimal. PS. Taruna Mandiri ini berdiri sejak tahun 2006 dan melakukan aktivitas latihan di lapangan Imam Bonjol Padang. Mereka melakukan latihan tiga kali seminggu yakni hari Rabu, Jum'at dan Minggu.

Sejak didirikannya klub ini, masih belum menunjukkan hasil yang memuaskan dan belum mampu mencapai taraf prestasi yang baik. Indikator yang mungkin dapat digunakan sebagai bentuk stagnasi prestasi dapat dicontohkan dalam akumulasi ketepatan menendang ke gawang yang termasuk rendah, bahkan tidak ada sama sekali. Apabila mengacu kepada ide permainan sepakbola, jelas sekali bahwa rendahnya akumulasi tendangan ke gawang akan berujung kepada semakin jauhnya harapan untuk bisa memenangkan pertandingan. Kelemahan ini jelas harus segera diperbaiki, sehingga kecenderungan untuk kalah akan dapat dieliminasi sekecil mungkin.

Berdasarkan pengamatan serta kesempatan wawancara dengan para pelatih dan pengurus PS Taruna Mandiri, umumnya mereka sepakat bahwa kelemahan ini disebabkan oleh beberapa faktor seperti: sarana dan prasarana yang tidak menunjang ke arah pencapaian prestasi, baik dari segi kuantitas maupun kualitas; program latihan yang disusun belum disesuaikan dengan data awal atlet, sehingga pelaksanaan program

menjadi tidak terarah dan juga cenderung menyamaratakan program untuk semua pemain; pelatih yang kurang memiliki pengalaman dan kurang berpengetahuan luas tentang seluk beluk latihan sepakbola juga dapat mengakibatkan kelemahan ini terjadi. Berdasarkan wawancara yang dilakukan dengan pelatih PS Taruna Mandiri, kelemahan yang paling menonjol adalah kurangnya kemampuan teknik pemain, khususnya kemampuan dalam melakukan berbagai macam teknik tendangan, seperti mengoper bola ke kawan atau melakukan tendangan langsung ke arah gawang sebagai upaya untuk mencetak sebuah gol secara efektif atau akurat.

Rendahnya kemampuan tersebut dapat dibuktikan dengan tendangan yang dilakukan masih jauh melenceng dari titik sasarannya apakah itu berupa passing atau tendangan ke gawang (kawan maupun gol). Di samping itu lemahnya kekuatan tendangan ke gawang yang mengakibatkan akurasi tendangan menjadi semakin rendah.

Berdasarkan wawancara maupun data yang diperoleh dari sekretariat PS. Taruna Mandiri juga memberikan gambaran bahwa data hasil pertandingan (statistik pertandingan) telah menunjukkan bukti betapa lemahnya kemampuan menendang ke arah gawang yang efektif. Adapun statistik pertandingan tersebut dapat digambarkan sebagai berikut; tendangan ke gawang 3 kali, tendangan melenceng 6, penguasaan bola 46%, tendangan sudut 4 kali, *offside* 2 kali, pelanggaran 5 kali, Kartu kuning 1 dan kartu merah 0. Hasil wawancara dapat dilihat pada Lampiran 8 halaman 91.

Dari hasil statistik pertandingan tersebut nampak bahwa terjadi cukup banyak tendangan melenceng atau tidak tepat sasaran sebanyak 6 kali, sehingga klub ini sering mengalami kekalahan demi kekalahan. Apabila keadaan ini terus terjadi, maka kesempatan untuk menang akan semakin rendah.

Kegagalan tendangan ke gawang secara efektif atau akurat tersebut tentu saja tidak berdiri sendiri, terutama kalau di kaitkan dengan berbagai macam faktor yang memungkinkan hasil tendangan ke gawang menjadi rendah. Salah satu faktor yang menyebabkan rendahnya hasil tendangan tersebut terkait dengan *timing* (penempatan dalam waktu yang tepat). *Timing* terkait dengan orientasi ruang dan waktu pada saat melakukan tendangan (di mana dan kapan tendangan itu di lakukan). Rendahnya akurasi bisa juga disebabkan ketidaktepatan posisi tubuh pada saat melakukan tendangan, kemampuan pemain tersebut seharusnya dalam posisi tubuh yang memang tepat untuk tujuan tendangan bola ke gawang. Witarsa dalam Emral (2003:20) menyatakan bahwa "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, sedangkan tumit masih sangat jarang digunakan, karena dalam posisi tersebut arah bola tidak tepat pada sasaran".

Selain beberapa faktor di atas, menurut Lennox (2006:54) "ada beberapa faktor eksternal yang juga ikut mempengaruhi hasil tendangan seorang pemain sepakbola. Faktor itu antara lain: Faktor keadaan

lapangan, keyakinan pemain saat menendang, tekanan angin pada bola, dan keadaan cuaca”.

Keadaan lapangan adalah salah satu faktor eksternal yang besar pengaruhnya terhadap hasil tendangan 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 (PSSI, 2008:6). Lapangan yang memenuhi standar seperti: tidak berlubang, rumputnya tidak terlalu tebal, dan struktur tanahnya baik, akan dapat mendukung hasil tendangan yang dilakukan pemain.

Faktor lainnya adalah tekanan udara pada bola. Berat bola 410 sampai 450 gram. Keliling bola 68 sampai 70 cm, adapun ukuran tekanan udara adalah 0,6-1,1 atm ($600-1100 \text{ g/cm}^2$) pada permukaan laut (8,5 lbs/sq inches) (Sepakbola Indonesia, 2009:38). Jadi setiap bola yang digunakan dalam setiap pertandingan wajib mengikuti atau memenuhi standar yang telah ditentukan 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 tentunya akan berpengaruh terhadap *performance* pemain. Sebagai contoh dengan keadaan angin yang cukup kencang, maka dalam pelaksanaan tendangan ke arah gawang, kemungkinan akan melenceng, karena dipengaruhi kencangnya angin.

Berdasarkan faktor-faktor di atas, dikhawatirkan akan memperburuk kualitas tendangan pemain. Rendahnya kemampuan tendangan 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. Hal ini dibenarkan oleh Zulfrinaldi selaku pelatih yang melatih pemain pada PS. Taruna Mandiri. Rendahnya kemampuan tendangan ini bisa dilihat dari lemahnya tendangan pemain ke gawang, baik dengan kura-kura kaki bagian dalam, kura-kura kaki bagian atas, kura-kura kaki bagian luar dan kaki bagian dalam.

Dalam permainan sepakbola tendangan merupakan teknik yang paling banyak digunakan. Maka tendangan merupakan teknik dasar dalam permainan sepakbola. Seorang pemain yang tidak menguasai teknik tendangan 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 tendangan bola dengan baik, cermat, cepat dan tepat pada sasaran, baik itu sasaran pada teman maupun sasaran dalam membuat gol ke gawang lawan.

Dalam menendang perlu diperhatikan posisi kaki tumpu. Kaki tumpu adalah kaki yang menumpu pada tanah pada persiapan akan melakukan tendangan 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 tendangan lutut diluruskan merupakan kekuatan untuk mendorong ke depan.

Pada saat melakukan tendangan, pergelangan kaki yang dikuatkan atau ditegangkan dan tidak boleh bergerak, tungkai kaki yang menendang diangkat ke belakang kemudian diayunkan ke depan hingga bagian kaki yang digunakan untuk tendangan mengenai bagian bola yang ditendang, kemudian dilanjutkan dengan gerak lanjutan ke depan. Teknik tendangan yang penting dimiliki oleh seorang pemain sepakbola adalah teknik tendangan dengan kura-kura kaki bagian dalam, kura-kura kaki bagian atas, kura-kura kaki bagian luar, dan kaki bagian dalam.

Tendangan dengan kura-kura kaki bagian dalam pada teknik sepakbola biasanya digunakan untuk mengoper bola pada teman dalam jarak pendek, menengah dan *passing* bola datar. Teknik tendangan 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 umumnya mereka juga memiliki tujuan lain seperti penghematan tenaga dan juga teknik yang mereka tampilkan pada umumnya banyak menunjukkan sesuatu yang bersifat artistik serta indah untuk ditonton. Untuk dapat mengetahui dari sisi mana timbulnya masalah akurasi tendangan ke gawang yang dimaksud, perlu dilakukan penelitian terkait dengan masalah tersebut di atas.

B. Identifikasi Masalah

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

1. Sampai sejauh mana pengaruh latihan menendang menggunakan kura-kura kaki bagian dalam dengan kura-kura kaki bagian atas terhadap akurasi tendangan ke gawang pada PS. Taruna Mandiri Kota Padang?
2. Mungkinkah akan terjadi perbedaan hasil tendangan antara tendangan yang menggunakan kura-kura kaki bagian dalam dengan kura-kura kaki bagian luar terhadap akurasi tendangan ke gawang pada PS. Taruna Mandiri Kota Padang?
3. Apakah terdapat perbedaan hasil tendangan menggunakan kura-kura kaki bagian dalam dengan kaki bagian dalam terhadap akurasi tendangan ke gawang pada PS. Taruna Mandiri Kota Padang?
4. Apakah mungkin tendangan kura-kura kaki bagian atas lebih baik dari tendangan kura-kaki bagian luar terhadap akurasi tendangan ke gawang pada PS. Taruna Mandiri Kota Padang?
5. Seberapa jauh rasio antara tendangan menggunakan kura-kura bagian atas dengan kaki bagian dalam terhadap akurasi tendangan ke gawang pada PS. Taruna Mandiri Kota Padang?
6. Apakah terdapat perbedaan hasil tendangan menggunakan kura-kura kaki bagian dalam, kura-kura bagian atas, kura-kura kaki bagian luar

dan kaki bagian dalam terhadap akurasi tendangan ke gawang pada PS. Taruna Mandiri Kota Padang?

7. Sejauhmana kondisi lapangan berpengaruh terhadap tendangan ke gawang pada PS. Taruna Mandiri Kota Padang?
8. Apakah keyakinan pemain saat menendang mempengaruhi hasil tendangan ke gawang pada PS. Taruna Mandiri?
9. Apakah mungkin tekanan angin pada bola mempengaruhi hasil tendangan ke gawang pada PS. Taruna Mandiri?
10. Apakah mungkin cuaca mempengaruhi hasil tendangan ke gawang pada PS. Taruna Mandiri Kota Padang?
11. Seberapa kuat tiupan angin mempengaruhi hasil tendangan ke gawang pada PS. Taruna Mandiri Kota Padang?
12. Sejauhmana ukuran sepatu mempengaruhi hasil tendangan ke gawang pada PS. Taruna Mandiri Kota Padang?

C. Pembatasan Masalah

Mengingat masalah dan identifikasi masalah di atas cukup luas, maka penelitian ini hanya dibatasi kepada “Pengaruh latihan menendang menggunakan kura-kura kaki bagian dalam, dan kura-kura kaki bagian atas terhadap akurasi tendangan ke gawang pada PS. Taruna Mandiri Kota Padang”.

D. Perumusan Masalah

Agar penelitian ini terarah dengan baik maka terlebih dahulu diajukan perumusan masalah yang akan diteliti yaitu:

1. Apakah terdapat pengaruh latihan tendangan kura-kura kaki bagian dalam terhadap akurasi tendangan ke gawang pada PS. Taruna Mandiri Kota Padang?
2. Apakah terdapat pengaruh latihan tendangan kura-kura kaki bagian atas terhadap akurasi tendangan ke gawang pada PS. Taruna Mandiri Kota Padang?
3. Sampai sejauhmana perbedaan pengaruh latihan menendang dengan menggunakan kura-kura kaki bagian dalam, dan kura-kura kaki bagian atas terhadap akurasi tendangan ke gawang pada PS. Taruna Mandiri Kota Padang?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan Latar belakang masalah, Identifikasi masalah, pembatasan masalah, dan perumusan masalah. Maka tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui pengaruh latihan menendang dengan menggunakan kura-kura kaki bagian dalam terhadap akurasi tendangan ke gawang pada PS. Taruna Mandiri Kota Padang.
2. Untuk mengetahui pengaruh latihan menendang dengan menggunakan kura-kura kaki bagian atas terhadap akurasi tendangan ke gawang pada PS. Taruna Mandiri Kota Padang.

3. Untuk mengetahui sampai seberapa jauh perbedaan pengaruh latihan menendang menggunakan kura-kura kaki bagian dalam, dan kura-kura kaki bagian atas terhadap akurasi tendangan ke gawang pada PS. Taruna Mandiri Kota Padang.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini 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 tendangan menggunakan kura-kura kaki bagian dalam, dan kura-kura kaki bagian atas terhadap akurasi tendangan ke gawang dalam bermain sepakbola.
4. Sebagai salah satu syarat bagi penulis untuk mencapai gelar Magister Pendidikan.

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI 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, dapat disimpulkan sebagai berikut di bawah ini:

1. Latihan menendang dengan menggunakan kura-kura kaki bagian dalam memberikan pengaruh yang signifikan terhadap akurasi tendangan ke gawang pada PS. Taruna Mandiri Kota Padang.
2. Latihan menendang dengan menggunakan kura-kura kaki bagian atas memberikan pengaruh yang signifikan terhadap akurasi tendangan ke gawang pada PS. Taruna Mandiri Kota Padang.
3. Tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara latihan menendang dengan menggunakan kura-kura kaki bagian dalam dan kura-kura kaki bagian atas terhadap akurasi tendangan ke gawang pada PS. Taruna Mandiri Kota Padang.

B. Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian telah ditemukan bahwa latihan menendang menggunakan kura-kura kaki bagian dalam dan kura-kura kaki bagian atas keduanya dapat meningkatkan akurasi tendangan ke gawang pada PS. Taruna Mandiri Kota Padang. Artinya kedua latihan menendang ini dapat dipergunakan dalam melatih tendangan ke gawang.

Implikasi pertama temuan penelitian ini pada pelatih sepakbola di klub-klub bahwa dalam melatih akurasi tendangan ke gawang, kedua latihan menendang ini merupakan metoda yang baik dipergunakan untuk meningkatkan keterampilan dalam menendang. Ini bermakna pelatih-pelatih sepakbola harus memiliki pengetahuan dan pengalaman melatih teknik menendang menggunakan kura-kura kaki bagian dalam dan teknik menendang menggunakan kura-kura kaki bagian atas

Implikasi kedua temuan penelitian ini pada guru pendidikan jasmani dan olahraga kesehatan bahwa dalam mengajarkan akurasi tendangan ke gawang, kedua latihan menendang ini merupakan metoda yang baik dipergunakan untuk meningkatkan keterampilan dalam menendang. Ini bermakna guru-guru pendidikan jasmani dan olahraga kesehatan harus memiliki pengetahuan dan pengalaman untuk mengajarkan teknik latihan menendang menggunakan kura-kura kaki bagian dalam dan latihan menendang menggunakan kura-kura kaki bagian atas.

Implikasi ketiga penelitian ini berdampak kepada pemain pada PS. Taruna Mandiri dalam mengikuti latihan supaya serius untuk mempelajari teknik menendang menggunakan kura-kura kaki bagian dalam dan kura-kura kaki bagian atas agar meningkatnya kualitas tendangan, sehingga akan memberikan kontribusi yang positif terhadap klub untuk meraih kemenangan dalam suatu pertandingan. Dalam mengikuti latihan pemain harus memiliki motivasi tinggi, sehingga hasil latihan yang diperolehnya

juga lebih baik. Untuk itu pemain menginformasikan kepada pemain-pemain sesama latihan supaya membiasakan diri berlatih teknik menendang menggunakan kura-kura kaki bagian dalam dan kura-kura kaki bagian atas.

Implikasi lainnya, kedua latihan menendang ini dapat dipakai untuk menyempurnakan program latihan pada klub-klub. Seperti yang sudah dijelaskan sebelumnya, bahwa tendangan ke gawang merupakan masalah pilihan. Artinya setiap pemain yang akan menendang ke gawang diberi banyak pilihan untuk menggunakan teknik mana yang akan digunakannya. Oleh sebab itu, dalam setiap kali latihan pelatih tidak boleh membuat keistimewaan apapun atau menempatkan salah satu teknik lebih baik dari teknik lainnya. Untuk itu kedua teknik di atas hendaknya harus selalu diberikan disetiap kali latihan dan ini merupakan konsekuensi dari suatu pilihan yang akan diambil oleh setiap pemain saat akan menendang bola ke gawang.

C. Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas maka penulis menyarankan beberapa hal:

1. Untuk lebih meningkatkan kekuatan dan ketajaman kedua tendangan tersebut, maka latihan tendangan harus selalu diiringi oleh latihan kekuatan yang lebih spesifik (otot, sudut tendangan dan lain sebagainya).

2. Untuk pelatih, keberhasilan latihan akan ditentukan oleh keberhasilannya dalam memenangkan setiap pertandingan. Oleh karena itu, seharusnya dalam memberikan latihan khususnya tendangan ke gawang.
3. Diharapkan juga kepada para pelatih agar dapat membuat tahapan-tahapan latihan sehingga akurasi tendangan para pemain dapat lebih ditingkatkan lagi.
4. Kepada pelatih agar memasukan unsur-unsur menendang dengan berbagai teknik terutama menendang dengan kura-kura bagian dalam dan kura-kura bagian atas untuk setiap program latihan yang dibuat.
5. Kepada setiap pemain sudah seharusnya berkeinginan untuk meningkatkan kualitas tendangannya. Oleh sebab itu, untuk memenuhi tuntutan alternative, kedua tendangan maupun jenis tendangan ke gawang lainnya harus tetap dilatih sampai benar-benar dapat dikuasai.
6. Kepada para peneliti lain diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini dengan jumlah sampel yang lebih banyak lagi atau dengan variabel lain yang belum diteliti sehingga faktor-faktor yang mempengaruhi skor tendangan ke gawang menggunakan kura-kura kaki bagian dalam dengan skor tendangan ke gawang menggunakan kura-kura kaki bagian atas dapat diketahui.

DAFTAR RUJUKAN

- Basuki, Amir 2005 Sumbangan Kecepatan Kelincahan Dan Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Hasil Tendangan Jarak Jauh Melambung Kura-Kura Kaki Bagian Dalam Pada Tim Sepakbola PKLO FIK Unnes. *Tesis*. Semarang : Unnes.
- Darwis, Ratinus. 1999. *Sepakbola*. Padang: FIK UNP Padang.
- _____. 1985. *Buku Pelajaran Sepakbola*. Padang: FPOK. IKIP Padang.
- Emral, 2003. Kontribusi Kelincahan dan Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Keterampilan Bermain Sepakbola. *Tesis*. Padang: UNP.
- _____. 2005. *Buku Ajar Sepakbola* Padang FIK-UNP.
- Fox, L Edward. 1988. *The Psysiological Basis Of Physical Education and Athletics*.
- Frank. S, Pyke. 1991. *Toward Better Coaching*. Canberra. Australian Coaching. Philadelphia: Saunders College Publishing.
- Harsono, 1988. *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologis dalam Coaching*. CV. Tambak Kusuma Bandung.
- Isparjadi. 1988. *Statistik Pendidikan*. Jakarta: Depdikbud, Dikti: P2LPTK.
- Joseph A, Luxbacher. 2001. *Sepakbola*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Kementerian Negara Pemuda dan Olahraga Republik Indonesia. 2007. *Sistim Keolahragaan Nasional*. Jakarta: Biro Humas dan Hukum.
- Kosasih, Engkos. 1993. *Olahraga: Teknik dan Program Latihan*. Jakarta: Akademika Pressindo.
- Kiram, Yanuar. 2000. *Kemampuan Koordinasi Gerak dan Klasifikasi Aktivitas Olahraga*. Padang: FPOK IKIP.
- Kirby, Ronald dan John A. Robert. 1985. *Introductory Biomechanics*. New York: Sandy Sharpe of Movement Publications Inc.