

**HUBUNGAN PERCAYA DIRI DENGAN KETEPATAN TENDANGAN
PENALTI PEMAIN SEPAKBOLA U16 SSB TARUNA
KEPALA HILALANG KAB. PADANG PARIAMAN**

SKRIPSI

*Diajukan Sebagai Salah Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar
Sarjana Pendidikan (S1) Pada Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Universitas Negeri Padang*



Oleh :
MOHAMMAD HAKIM
1206893/2012

**PRODI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
JURUSAN KEPELATIHAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2018**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

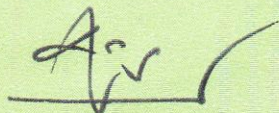
Judul : Hubungan Percaya Diri Dengan Ketepatan Tendangan Penalti U16 SSB Taruna Kepala Hilalang Kab. Padang Pariaman

Nama : Mohammad Hakim
Nim/BP : 1206893/2012
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Jurusan : Kepelatihan
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Padang, Februari 2018

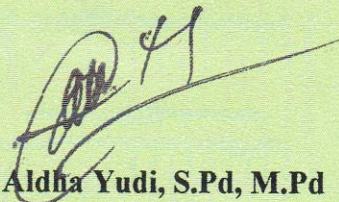
Disetujui Oleh:

Pembimbing I



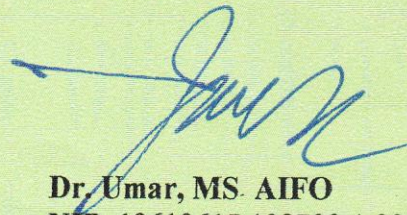
Prof. Dr. Eddy Marheni, M.Pd
NIP. 19561020 198003 1 005

Pembimbing II



Dr. Alex Aldha Yudi, S.Pd, M.Pd
NIP. 19850603 200912 1 006

Ketua Jurusan



Dr. Umar, MS. AIFO
NIP. 19610615 198703 1 003

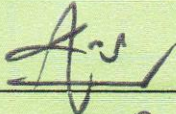

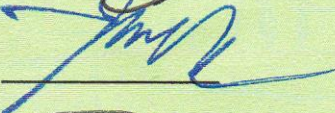
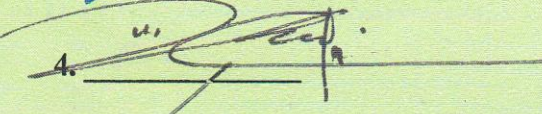
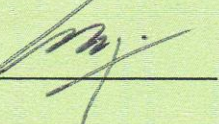
PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Mohammad Hakim
NIM : 1206893/2012

**Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi di Depan Tim Penguji
Skripsi Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Jurusan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang
dengan judul**

**Hubungan Percaya Diri Dengan Ketepatan Tendangan Penalti U16 SSB
Taruna Kepala Hilalang Kab. Padang Pariaman**

Padang , Februari 2018

Nama	Tanda Tangan
1. Ketua : Prof. Dr. Eddy Marheni, M.Pd	1. 
2. Sekretaris : Dr. Alex Aldha Yudi, S.Pd, M.Pd	2. 
3. Anggota : Dr. Umar, MS. AIFO	3. 
4. Anggota : Drs. Hendri Irawadi, M.Pd	4. 
5. Anggota : Drs. M. Ridwan, M.Pd	5. 

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “Hubungan Percaya Diri Terhadap Tendangan Penalti Pemain Sepakbola U16 SSB Taruna Kepala Hilalang Kab. Padang Pariaman”, adalah asli karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing.
3. Didalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan didalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan dicantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan didalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Februari 2018



MOHAMMAD HAKIM
NIM : 1206893

ABSTRAK

Mohammad Hakim 2018 : **Hubungan Percaya Diri Dengan Ketepatan Tendangan Penalti U16 SSB Taruna Kepala Hilalang Kab. Padang Pariaman.**

Masalah dalam penelitian ini rendahnya tingkat percaya diri dan tendangan penalti pemain SSB Taruna Kepala Hilalang Kab. Padang Pariaman dengan variabel percaya diri dan tendangan penalti. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat percaya diri dengan ketepatan tendangan penalti pemain SSB Taruna Kepala Hilalang Kab. Pariaman.

Jenis Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah pemain SSB Taruna Kepala Hilalang yang berjumlah 18 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah total sampling. Pengumpulan data dilakukan dengan instrument angket percaya diri dan tes ketepatan tendangan penalti. Teknik analisis data adalah menggunakan analisis korelasi product moment.

Hasil temuan penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara percaya diri dengan tendangan penalti dapat dilihat bahwa r_{hitung} lebih besar daripada r_{tabel} , dimana $r_{hitung} = 0,598 > r_{tabel} = 0,468$. Dan hasil uji signifikansi terlihat $t_{hitung} = 2,986 > t_{tabel} = 1,740$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Jadi bisa dipahami terdapat hubungan yang signifikan antara percaya diri dengan tendangan penalti di SSB Taruna kepala Hilalang Kab. Padang Pariaman.

KATA PENGANTAR



Alhamdulillah peneliti ucapkan kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Hubungan Percaya Diri Terhadap Tendangan Penalti Pemain Sepakbola U16 SSB Taruna Kepala Hilalang Kab. Padang Pariaman”. Kemudian, salawat beriring salam kita ucapkan kepada Nabi Muhammad SAW yang telah membawa umatnya dari zaman jahiliyah ke zaman yang penuh dengan ilmu pengetahuan seperti yang kita rasakan saat ini.

Skripsi ini dibuat untuk melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pada Jurusan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP). Dalam penyusunan skripsi ini peneliti menyadari masih banyak kekurangan, untuk itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca demi kesempurnaan. Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini peneliti banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Untuk itu melalui ini peneliti menyampaikan terimakasih kepada:

1. Kepada kedua orang tua, ayah Zainal Abidin dan ibu Suarnis yang telah memberikan dorongan dan do'a serta semangat sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Dr. Syafrizar, M.Pd sebagai Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan dorongan untuk segera menyelesaikan skripsi ini.

3. Dr. Umar, M.S, AIFO sebagai Ketua Jurusan Kepeleatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga peneliti dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan skripsi.
4. Prof. Dr. Eddy Marheni, M.Pd sebagai Pembimbing I, yang telah memberikan bimbingan, pengarahan dan petunjuk yang sangat membantu dalam penulisan skripsi ini.
5. Dr. Alex Aldha Yudi, M.Pd sebagai PembimbingII, yang telah memberikan bimbingan, pengarahan dan petunjuk yang sangat membantu dalam penulisan skripsi ini.
6. Seluruh staf pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmunya kepada peneliti selama peneliti mengikuti perkuliahan.
7. Kepada karyawan Tata Usaha Jurusan Kepeleatihan yang telah memberikan bantuan secara administrative sehingga peneliti dapat mengikuti ujian skripsi.
8. Rekan-rekan mahasiswa FIK UNP yang senasib dan seperjuangan yang telah memberikan bantuan dan dorongan baik moril maupun materil dalam penyusunan skripsi ini.

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

Padang, Januari 2018

Mohammad Hakim

DAFTAR ISI

Halaman

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah.....	7
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori.....	8
1. Tendangan Penalti.....	8
2. Percaya Diri	15
B. Penelitian Relevan	21
C. Kerangka Konseptual	23
D. Hipotesis Penelitian.....	24
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	25
B. Tempat Dan Waktu Penelitian	25
C. Populasi Dan Sampel	25
D. Jenis Dan Sumber Data	26
E. Definisi Operasional	27
F. Instrument Penelitian	27
G. Teknik Pengumpulan Data	32
H. Teknik Analisis Data	32

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskriptif Data	35
B. Analisis Data	37
C. Uji Hipotesis	38
D. Pembahasan	40
E. Keterbatasan Penelitian	42

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	43
B. Saran	43

DAFTAR PUSTAKA	44
-----------------------------	-----------

LAMPIRAN.....	45
----------------------	-----------

DAFTAR TABEL

1. Kriteria Penilaian.....	28
2. Kisi-kisi Percaya Diri	29
3. Distribusi Frekuensi Percaya Diri	35
4. Distribusi Frekuensi Kemampuan Tendangan Penalti	36
5. Rangkuman Uji Normalitas Sebaran Data Dengan Uji Liliefors.....	37
6. Rangkuman Hasil Analisis Korelasi <i>Product Moment</i> Antara X dan Y	38
7. Kisi-Kisi Angket Percaya Diri	45
8. Angket Percaya Diri	47
9. Hasil Nilai Angket Percaya Diri dan Tendangan Penalti	51
10. Uji Validasi Angket	52
11. Uji Normalitas Data Angket Percaya Diri (X)	53
12. Uji Normalitas Kemampuan Tendangan Penalti (Y)	54
13. Analisis Korelasi Percaya Diri (X) Terhadap Kemampuan Tendangan Penalti (Y)	55
14. Nilai Kritis L Untuk Uji Lilliefors	57
15. Nilai Dari r <i>Product Moment</i>	58
16. Persentil Untuk Distribusi t	59

DAFTAR GAMBAR

1. Daerah Tendangan Penalti	11
2. Berfikir Positif	12
3. Menjaga Keseimbangan	12
4. Menangkan Permainan Psikologis	13
5. Memilih Arah Tendangan	14
6. Bernafas Dengan Tenang	14
7. Menendang Bola	15
8. Kerangka konseptual	24
9. Tes Ketepatan Tembakan Ke Gawang	31
10. Histogram Percaya Diri	36
11. Histogram Tendangan Penalti	37
12. Pengarahan Sebelum Tes Tendangan Penalti	60
13. Pemain Saat Tes Tendangan Penalti	60
14. Pengarahan Sebelum Mengisi Angket	61
15. Pemain Mengisi Angket	61
16. Pemain SSB Taruna Kepala Hilalang	62

DAFTAR LAMPIRAN

1. Kisi-kisi Angket Percaya Diri	45
2. Angket Percaya diri	46
3. Hasil Nilai Angket Percaya Diri dan Tes Tendangan Penalti	51
4. Uji Validasi Angket	52
5. Uji Normalitas Angket Percaya Diri	53
6. Uji Normalitas Ketepatan Tendangan Penalti	54
7. Analisis Korelasi Percaya Diri Dengan Ketepatan Tendangan Penalti	55
8. Pengujian Keberatan Koefisien Korelasi	56
9. Nilai Kritis L Untuk Uji Lilliefors	57
10. Nilai Dari r Product Moment	58
11. Persentil Untuk Distribusi t	59
12. Dokumentasi	60

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga adalah kegiatan bermanfaat untuk meningkatkan Kesegaran Jasmani. Olahraga tidak hanya dijadikan sarana rekreasi semata, namun olahraga juga bertujuan untuk suatu prestasi yang dilakukan secara individu maupun secara berkelompok. Pencapaian prestasi merupakan alasan yang tepat untuk menunjang pembangunan dibidang olahraga, terutama dalam pengadaan sarana dan prasarana olahraga. Dalam Undang-Undang no 3 tahun 2005 BAB II pasal 4 tentang tujuan keolahragaan nasional yang berbunyi:

“Keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional, serta mengangkat harkat, martabat dan kehormatan bangsa”.

Dalam rangka meningkatkan olahraga sebagai salah satu upaya untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia, maka kegiatan olahraga yang dilakukan tidak hanya sekedar memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat agar masyarakat Indonesia selalu memiliki jiwa dan raga yang sehat dan segar jasmani. Olahraga yang dilakukan dan dilaksanakan juga untuk memperoleh penghargaan dan mengharumkan nama bangsa baik di daerah, regional, nasional maupun internasional. Dimana untuk menghasilkan prestasi tersebut, seorang atlet atau olahragawan harus berlatih agar bisa mencapai prestasi maksimal. Komitmen pemerintah terhadap olahraga prestasi dituangkan dan dijelaskan dalam Undang-Undang Sistem

Keolahragaan Nasional RI No. 3 tahun 2005 tentang pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi pada pasal 27 ayat 4 sebagai berikut:

“Pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dilaksanakan dengan memperdayakan perkumpulan olahraga, menumbuhkan kembangkan sentra pembinaan olahraga yang bersifat nasional dan daerah yang mengadakan kompetisi secara berjenjang dan berkelanjutan yang melibatkan olahragawan muda potensial dari hasil pemantauan, pemanduan dan pengembangan bakat sebagai proses generasi”.

Pengembangan olahraga di Indonesia diarahkan pada pembentukan dan pengembangan prestasi. Untuk pencapaian prestasi terhadap suatu cabang olahraga maka pemerintah menginstruksikan kepada masyarakat Indonesia untuk mendirikan perkumpulan atau klub olahraga. Pendirian perkumpulan atau klub olahraga adalah untuk memudahkan pencapaian tujuan peningkatan prestasi tiap-tiap cabang olahraga yang ada di Indonesia, salah satu cabang olahraga yang banyak diminati oleh masyarakat Indonesia adalah sepakbola.

Olahraga sepakbola merupakan suatu cabang olahraga yang sangat populer di dunia, sepakbola telah banyak mengalami perubahan dan perkembangan dari bentuk yang sederhana sampai menjadi sepakbola modern yang sangat digemari dan dikagumi banyak orang, baik anak-anak, orang dewasa, orang tua, bahkan wanita mulai dari kalangan bawah, kalangan menengah sampai kalangan atas serta kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi yang berkembang sangat pesat juga ikut mempengaruhinya. Jika kita lihat dari perkembangannya, sepakbola dari tahun-ketahun selalu berkembang dengan pesat dan tingkat kemampuan teknikpun semakin berkembang.

Kondisi fisik dan teknik merupakan kemampuan yang sangat dibutuhkan untuk menjalankan taktik dalam permainan sepakbola. Taktik akan sulit direalisasikan bila belum memiliki kondisi fisik dan teknik yang baik, selain itu taktik juga membutuhkan percaya diri yang baik pula, karena percaya diri dapat mempengaruhi taktik secara individu maupun kelompok. Tujuan dalam permainan sepakbola yang harus dilaksanakan adalah menciptakan gol sebanyak mungkin ke gawang lawan. Dengan demikian maka kondisi fisik, teknik, taktik serta percaya diri sangat diperlukan dalam usaha menciptakan gol ke gawang lawan.

Dalam permainan sepakbola banyaknya pertandingan dengan sistem gugur, adu penalti adalah cara untuk menentukan hasil dari suatu pertandingan bila angka kedua belah pihak berakhir seimbang atau seri sampai akhir dari perpanjangan waktu. Adu penalti biasanya menuntut lima pemain dari masing-masing tim untuk melakukan tendangan penalti secara bergantian jika angka masih seimbang pada akhir dari sepuluh kali tendangan tersebut, pemain lain melakukan hingga ada yang gagal. (Clive Gifford, 2007:46).

Seorang eksekutor tendangan penalti dituntut memiliki teknik dasar, kondisi fisik dan percaya diri yang baik. Untuk mendapatkan penguasaan keterampilan dalam menendang bola ke gawang harus mempunyai kondisi fisik yang baik. Fisik merupakan faktor utama yang berfungsi untuk melakukan gerakan menendang bola baik, khususnya saat melakukan tendangan penalti. Selain itu faktor percaya diri merupakan salah satu faktor yang memberikan pengaruh terhadap penguasaan keterampilan menendang untuk menghasilkan

tendangan penalti yang baik. Oleh karena itu, pemain yang memiliki unsur percaya diri yang baik akan mampu memahami gerakan yang akan dilakukan, kecepatan dalam stimulus, kecepatan membuat keputusan, kemampuan memahami gerakan yang akan dilakukan.

Sekolah Sepakbola (SSB) Taruna Kepala Hilalang merupakan salah satu perkumpulan olahraga sepakbola berdiri tahun 2000 tetapi masih minim prestasi. Oleh sebab itu untuk mencapai prestasi, SSB Taruna Kepala Hilalang meningkatkan program latihan, sarana dan prasarana, bentuk latihan, dan peran pelatih yang dapat meningkatkan kemampuan bermain sepakbola terutama keterampilan menendang bola khususnya tendangan penalti, dan banyaknya bentuk latihan harus bisa dimanfaatkan sesuai dengan kemampuan para pemain. Dari kesalahan bentuk latihan *Penalty Kick* dapat mengakibatkan kurang berprestasinya SSB Taruna Kepala Hilalang. Jadi pelatih harus bisa menentukan bentuk latihan yang tepat dalam meningkatkan kemampuan tendangan penalti.

Berdasarkan pengamatan penulis dalam satu kali pertandingan, bertepatan saat SSB Taruna Kepala Hilalang melakukan Uji coba di lapangan Taruna Kepala Hilalang pada hari minggu tanggal 12 Februari 2017. Pada saat uji coba, dari 5 kali tendangan penalti pemain gagal melakukan tendangan penalti sebanyak 3 kali atau sekitar 60%. Oleh sebab itu pemain SSB Taruna Kepala Hilalang tingkat percaya dirinya masih rendah sehingga mudah ditangkap dan ditepis penjaga gawang.

Kemudian pada saat *Observasi*, peneliti juga melakukan diskusi ataupun tanya jawab dengan staf pelatih SSB Taruna Kepala Hilalang yaitu pelatih Dian Ade Putra dan Rhomer Gumbara, tentang tingkat kemampuan tendangan penalti pemain sepakbola SSB Taruna Kepala Hilalang baik dari segi penguasaan teknik maupun bentuk-bentuk latihan yang diberikan. Menurut pelatih Dian Ade Putra, bahwa dari segi penguasaan teknik secara keseluruhan banyak pemain yang sudah menguasai teknik, namun dari segi khususnya kondisi fisik masih lemah dan masih tingginya tingkat kecemasan pemain saat melakukan tendangan penalti. Masalah dalam penelitian ini adalah kurang percaya dirinya pemain dalam melakukan tendangan penalti pemain sepakbola SSB Taruna Kepala Hilalang. Karena melihat lemahnya kemampuan percaya diri dalam melakukan tendangan penalti.

Melihat kenyataan seperti yang telah diuraikan di atas, maka pada kesempatan ini penulis ingin melakukan suatu penelitian terhadap SSB Taruna Kepala Hilalang. Dengan demikian judul penelitian ini adalah tentang: “Hubungan Percaya Diri Dengan Ketepatan Tendangan Penalti Pemain Sepakbola U16 SSB Taruna Kepala Hilalang Kab. Padang Pariaman”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan pada uraian yang dikemukakan dalam latar belakang masalah maka dapat diidentifikasi masalah penelitian ini sebagai berikut.

1. Percaya diri merupakan salah satu faktor yang perlu dimiliki oleh pemain untuk melakukan tendangan penalti.
2. Tendangan penalti adalah bagian dalam permainan sepakbola.

3. Relaksasi merupakan salah satu factor yang perlu dimiliki oleh pemain untuk melakukan tendangan penalti.
4. Motivasi merupakan salah satu faktor untuk meningkatkan percaya diri bagi pemain yang akan melakukan tendangan penalti.
5. Konsentrasi merupakan salah satu faktor yang harus dimiliki oleh pemain untuk melakukan tendangan penalti.
6. Kekuatan merupakan penunjang keberhasilan dalam melakukan tendangan penalti.
7. Kelentukan memberikan kontribusi untuk menentukan arah dalam tendangan penalti.
8. Kecepatan memberikan hubungan dalam melakukan tendangan penalti.
9. Daya tahan memberikan dampak terhadap pemain yang akan melakukan tendangan penalti.
10. Taktik/strategi merupakan salah satu faktor yang difikirkan sebelum melakukan tendangan penalti.
11. Teknik merupakan salah satu faktor yang perlu dimiliki oleh pemain untuk melakukan tendangan penalti.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, banyak masalah yang muncul dalam penulisan ini. Untuk lebih memfokuskan penulisan, maka masalah penulisan ini sebagai berikut.

1. Percaya diri pemain SSB Taruna Kepala Hilalang Kab. Padang Pariaman.
2. Tendangan penalti SSB Taruna Kepala Hilalang Kab. Padang Pariaman.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah di atas maka peneliti dirumuskan permasalahannya yaitu : Apakah ada hubungan percaya diri dengan ketepatan tendangan penalti pemain sepakbola U16 SSB Taruna Kepala Hilalang Kab. Padang Pariaman.

E. Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini adalah menjelaskan seberapa besar hubungan percaya diri dengan ketepatan tendangan penalti pemain sepakbola U16 SSB Taruna Kepala Hilalang Kab. Padang Pariaman.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis.

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah sumbangan keilmuan dalam bidang psikologi pada khususnya, dan pada bidang keilmuan lain.

2. Manfaat Praktis

Sebagai salah satu syarat bagi peneliti untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan. Bagi subyek, bisa mengetahui seberapa besar hubungan percaya diri terhadap tendangan penalti dan diharapkan bisa menjadi wacana untuk menjadi lebih percaya diri.