HUBUNGAN KECEMASAN DAN KOORDINASI MATA-KAKI TERHADAP AKURASI SHOOTING PEMAIN SSB SIMPANG GADANG KABUPATEN PASAMAN BARAT

SKRIPSI

Oleh :
RAHMAD SUBANDI
1303292/2013

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
JURUSAN KEPELATIHAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2018

PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul	**: Hubungan Kecemasan Dan Koordinasi Mata Kaki Tehadap Akurasi *Shooting* Pemain SSB Simpang Gadang Kabupaten Pasaman Barat**
Nama	**: Rahmad Subandi**
NIM	**: 1303292/2013**
Program Studi	**: Pendidikan Kepelatihan Olahraga**
Jurusan	**: Kepelatihan**
Fakultas	**: Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang**

Padang, Februari 2019

Disetujui Oleh:
Pembimbing

Dr. Tjung Hauw Sin, M.Pd, Kons
NIP. 19570725 1986603 1 002

Diketahui Oleh:
Ketua Jurusan Kepelatihan

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

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Rahmad Subandi
Nim : 1303292/2013

Dinyatakan lulus setelah mempertahankan skripsi di depan Tim Penguji
Progaram Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Jurusan Kepelatihan
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang
Dengan Judul:

Hubungan Kecemasan Dan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Akurasi *Shooting* Pemain SSB Simpang Gadang Kabupaten Pasaman Barat

Padang, Februari 2019

Tim Penguji:

Nama		Tanda Tangan
1. Ketua	: Dr. Tjung Hauw Sin, M. Pd, Kons	1.
2. Anggota	: Dr. Alnedral M. Pd	2.
3. Anggota	: Drs. M. Ridwan M. Pd	3.

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karyatulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul "Hubungan kecemasan dan koordinasi mata-kaki terhadap akurasi shooting pemain Perbosi Simpang Gadang Kabupaten Pasaman Barat)" adalah asli karya saya sendiri;
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan dari pihak lain kecuali dari pembimbing;
3. Di dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan dicantumkan kepada kepustakaan;
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan didalam peryataanini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh kerena karyatulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, November 2018

Yang membuat pernyataan,

Rahmad Subandi
NIM 1303292

ABSTRAK

Rahmad Subandi. 2018. "Hubungan Antara Kecemasan dan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Akurasi *Shooting* Pemain Sepakbola Simpang Gadang Kabupaten Pasaman Barat."

Masalah penelitian ini adalah rendahnya akurasi *shooting* pemain sepakbola Simpang Gadang FC. Variabel penelitian ini adalah hubungan antara kecemasan (*anxiety*) dan koordinasi mata kaki terhadap *shooting* pemain SSB Simpang Gadang. Tujuannya adalah untuk mengetahui kecemasan yang dialami atlet serta hubungan kecemasan dan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan *shooting* pemain sepakbola Simpang Gadang FC.

Jenis penelitian ini adalah korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah semua semua pemain sepakbola Perbosi Simpang Gadang berjumlah 123 orang. Sampel penelitian ini adalah pemain Perbosi U17 berjumlah 20 orang. Teknik pengambilan sampel adalah dengan *purposive sampling*. Instrumen penelitian adalah dengan angket, tes sasaran ke tembok, dan menendang bola ke sasaran. Teknik analisis datanya yaitu menggunakan uji korelasi.

Hasil analisis menunjukkan bahwa: 1. Terdapat hubungan yang signifikan antara kecemasan dengan kemampuan *shooting* pemain Simpang Gadang FC dimana r_{hit} (0.555) > r_{tab} (0.444). 2. Terdapat hubungan yang signifikan antara koordinasi mata-kaki dengan kemampuan *shooting* pemain Simpang Gadang FC dimana r_{hit} (0.731) > r_{tab} (0.444). 3. Terdapat hubungan yang signifikan antara kecemasan dan koordinasi mata-kaki dengan kemampuan *shooting* pemain Simpang Gadang FC dimana r_{hit} (0.830) > r_{tab} (0.444).

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah peneliti ucapkan kehadirat 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 Bahron dan ibu Lisnawati 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 Kepelatihan 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. Dr. Tjung Hauw Sin, M.Pd, Kons sebagai Pembimbing I, yang telah memberikan bimbingan, pengarahan dan petunjuk yang sangat membantu dalam penulisan skripsi ini.
5. Seluruh staf pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmunya kepada peneliti selama peneliti mengikuti perkuliahan.
6. Kepada karyawan Tata Usaha Jurusan Kepelatihan yang telah memberikan bantuan secara administrative sehingga peneliti dapat mengikuti ujian skripsi.
7. 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, November 2018

Rahmad Subandi

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..... 6

C. Pembatasan Masalah..... 7

D. Rumusan Masalah..... 7

E. Tujuan Penelitian 8

F. Manfaat Penelitian 8

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori 10

1. Shooting…….. 10

2. Kecemasan……. . 12

3. Koordinasi Mata-kaki..... 16

B. Penelitian Relevan..... 20

C. Kerangka Konseptual 21

D. Hipotesis Penelitian..... 23

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian 24

B. Tempat Dan Waktu Penelitian 24

C. Definisi Operasional 24

D. Populasi dan Sampel 25

E. Jenis Sumber Data..... 27

F. Teknik Pengumpulan Data 27

G. Instrumen Penelitian 28

H. Teknik Analisis Data 33

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskriptif Data 36

B. Uji Persyaratan Analisis 40

C. Uji Hipotesis 41

D. Pembahasam 43

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan 50

B. Saran 50

DAFTAR PUSTAKA 51

LAMPIRAN…….. 59

DAFTAR TABEL

Tabel **Halaman**

1. Populasi Penelitian..... 27
2. Sampel Penelitian..... 27
3. Distribusi Frekuensi Kecemasan..... 37
4. Distribusi Frekuensi Koordinasi Mata Kaki..... 38
5. Distribusi Akurasi *Shooting*…..... 40
6. Uji Persyaratan Analisis..... 41
7. Uji Hipotesis..... 42

DAFTAR GAMBAR

Gambar **Halaman**

Gambar 1 Bagan Kerangka Konseptual 24
Gambar 2 Sasaran Tes Koordinasi Mata Kaki 33
Gambar 3 Diagram Tes Menembak Bola..... 34
Gambar 4 Histogram Kecemasan..... 38
Gambar 5 Histogram Koordinasi Mata Kaki 39
Gambar 6 Histogram Akurasi *Shooting*..... 41

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Nama Pemain Perbosi FC U-17 59

Lampiran 2. Data Mentah Variabel (X_1, X_2 dan Y)..... 60

Lampiran 3. Uji Normalitas 63

Lampiran 4. Pengujian Hipotesis..... 67

Lampiran 5. Tabel *Product-Moment*..... 69

Lampiran 6. Uji *Lilliefors* 70

Lampiran 7. Norma Standar Dari 0 Ke Z..... 71

Lampiran 8. Nilai Persentil Distribusi t dan f 72

Lampiran 9. Foto Dokumentasi 77

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dalam rangka meningkatkan kontribusi 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 memiliki jiwa dan raga yang sehat dan segar, namun lebih dari itu adalah untuk mencapai prestasi yang maksimal.

Hal ini sesuai dengan tujuan Keolahragaan Nasional Undang-Undang Republik Indonesia tentang sistem Keolahragaan Nasional, dalam pasal 20 ayat 2 dan 3 menjelaskan bahwa:

> "Ayat 2: olahraga prestasi dilakukan oleh setiap orang yang memiliki bakat, kemampuan dan potensi untuk mencapai prestasi. Ayat 3: Olahraga prestasi dilaksanakan melalui proses pembinaan dan pengembangan secara terencana, berjenjang, dan berkelanjutan dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan".

Berdasarkan kutipan di atas, dapat dipahami bahwa pembinaan dan peningkatan prestasi olahraga memerlukan perencanaan pelatihan yang matang, terprogram, terorganisir dan berkesinambungan, kemudian pengikutsertaan dalam kejuaraan-kejuaraan. Hal ini berlaku untuk seluruh cabang olahraga termasuk salah satunya cabang olahraga sepakbola. Permainan sepakbola ialah salah satu cabang olahraga yang sangat populer di dunia sampai saat ini.

Setiap pemain sepakbola harus memiliki keterampilan atau teknik yang diperlukan dalam permainan sepakbola seperti teknik menggiring bola, teknik menipu lawan, dan teknik-teknik lainnya. Menurut Yulifri (2010 : 13) Permainan sepakbola "memiliki suatu ide-ide permainan sepakbola yaitu memasukkan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri supaya tidak kebobolan".

Menurut Zalfendi (2010 : 28) permainan sepakbola adalah "permainan 11 dengan lawan 11 yang dipimpin seorang wasit, dibantu asisten 1 dan asisten 2, serta satu orang wasit cadangan, pertandingan berlangsung pada satu lapangan sepakbola yang berukuran panjang 100 sampai 110 m dan lebar 64 m sampai 75 m dalam permainan akan terjadi kontak langsung antar pemain".

Selanjutnya Afrizal (2000: 26) mengemukakan Permainan sepakbola "terdapat dua jenis kemampuan yang penting, yaitu kemampuan fisik terdiri dari beberapa unsur seperti kecepatan, daya tahan, . Sedangkan kemampuan menguasai bola juga terdiri dari beberapa bagian yaitu, menendang bola, menerima bola, menggirig bola, merampas bola". Dalam perkembangan sepakbola di Sumatera Barat khususnya di kota Padang mengalami perkembangan yang cukup pesat. Hal ini dilihat dari banyaknya sekolah sepakbola yang ada di kota Padang. Dengan seiring berkembangnya sepak bola di Sumatra Barat, kemudian berkembang pula sebakbola di daerah, khususnya di Pasaman Barat. Adapun salah satu sekolah sepakbola di Kabupaten Pasaman Barat yaitu SSB Perbosi

Simpang Gadang FC. Klub ini rutin melakukan pembinaan kepada pemain-pemain muda potensial dari berbagai tingkat umur. Adapun jadwal latihannya dilaksanakan tiga kali seminggu yaitu setiap hari rabu sore, hari jum'at sore dan hari minggu sore. Pemain dilatih secara berkelanjutan sesuai dengan umur pemain itu sendiri.

Menurut Bafirman (2008: 5) Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi olahraga adalah sebagai berikut:

> "a). Kondisi Fisik merupakan persiapan dasar yang paling dominan untuk melakukan penampilan fisik secara maksimal. b). Teknik merupakan latihan yang bertujuan untuk mempermahir penguasaan keterampilan gerak dalam suatu cabang olahraga. c). Taktik merupakan latihan yang bertujuan untuk mengembangkan dan menumbuhkan daya tafsir pada atlet ketika melaksanakan kegiatan olahraga yang bersangkutan. d). Mental merupakan latihan atau aspek yang banyak menekankan pada perkembangan kedewasaan serta emosional".

Menurut Syafruddin (2011 : 57) Prestasi terbaik (*top/peak performance*) atlet merupakan "hasil dari pembinaan dan latihan yang diberikan kepada atlet melalui latihan-latihan dan kompetisi yang terprogram dengan baik dan terarah". Pencapaian prestasi terbaik atlet ditentukan dan dipengaruhi oleh banyak faktor yang secara garis besar dapat dikelompokkan atas dua faktor, yaitu faktor internal (dalam) dan faktor eksternal (luar)". Permainan sepakbola memiliki ide – ide permainan sepakbola adalah memasukkan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang dari kebobolan. Setiap pemain sepakbola harus memiliki keterampilan atau teknik yang diperlukan dalam permainan sepakbola. Menurut Zalfendi (2010 : 124) Teknik dasar adalah "semua

kegiatan yang mendasar permainan sehingga dengan modal demikian seseorang sudah dapat bermain sepakbola". Selanjutnya taktik, pelaksanaan taktik dalam sepakbola sangat tergantung kepada kematangan atau penguasaan teknik dari setiap individu dalam suatu kesebelasan. Dalam permainan sepakbola, dibutuhkan penguasaan bermacam-macam teknik dasar diantaranya yaitu *passing, control, dribbling, crossing*, *heading*, dan *shooting.*

Shooting merupakan salah satu teknik dalam permainan sepakbola yang bertujuan untuk mencetak gol ke gawang lawan. Dari ungkapan di atas, bagi setiap pemain yang memiliki keterampilan *shooting* yang baik maka dapat menghasilkan gol. Sebaliknya, jika setiap pemain tidak memiliki keterampilan *shooting* yang baik, maka tidak dapat menghasilkan gol. Dengan demikian, keterampilan dalam melakukan *shooting* penting untuk menciptakan gol ke gawang lawan.

Menurut Syafruddin (2011: 118) salah satu unsur penting untuk mempelajari dan menguasai keterampilan-ketermpilan dalam olahraga adalah koordinasi. Koordinasi (*coordination*) merupakan "salah satu elemen kondisi fisik yang relatif sulit didefinisikan secara cepat terkait dengan elemen-elemen kondisi fisik yang lain dan sangat ditentukan oleh kemampuan sistem". Koordinasi mata-kaki pada bola juga penting untuk menentukan tepat atau tidak tepatnya bola yang ditendang.

Berdasarkan observasi atau pengamatan yang peneliti lakukan pada Klub Perbosi Simpang Gadang FC, masalah yang ditemukan terlihat

rendahnya akurasi *shooting*. Hal tersebut terlihat dari penampilan para pemain dalam beberapa pertandingan yang mereka ikuti, adapun beberapa kompetisi yang diikuti oleh klub Simpang Gadang sebagai berikut, kompetisi muda mekar Pasaman Barat, kompetisi Persitas cup, kompetisi Air Balam. Pemain banyak melakukan kesalahan saat *shooting* yakni perkenaan kaki pada bola tidak tepat, hasil tendangan yang melebar jauh dari gawang, posisi badan yang salah, tendangan pemain masih kurang keras.

Menurut peneliti kurangnya kemampuan para pemain Perbosi FC disebabkan karena kecemasan yang terlalu tinggi dan koordinasi mata kaki serta dipengaruhi oleh faktor psikologis saat melakukan shooting.. Walaupun pada saat latihan pelatih sering memberikan materi latihan yang bersangkutan dengan shooting, namun faktanya pada saat pertandingan pemain Perbosi sering kurang tepat dalam melakukan akurasi *shooting* dan juga dipengaruhi oleh faktor psikologis yang kurang baik.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa pemain Perbosi Simpang Gadang FC belum memiliki faktor psikologis dan koordinasi mata kaki yang baik. Untuk itu peneliti tertarik melakukan penelitian terhadap pemain Perbosi FC terutama menyangkut *shooting* apakah ada hubungannya dengan koordinasi mata kaki dan kecemasan (*anxiety*). Dengan demikian judul peneliti dalam penelitian ini yaitu :“ Hubungan antara kecemasan (*anxiety*) dan koordinasi mata kaki terhadap *shooting* pemain sepakbola Simpang Gadang Kabupaten Pasaman Barat ”.

B. Identifikasi Masalah

1. Berdasarkan latar belakang masalah, dapat diidentifikasi beberapa masalah penelitian sebagai berikut yaitu dalam olahraga penampilan seorang atlet saat bertanding tidak hanya ditentukan oleh kemampuan fisik, teknik, taktik, akan tetapi lebih ditentukan oleh kesiapan mental. Karena sering kita lihat atlet yang mempunyai kemampuan fisik yang baik, penguasaan teknik yang baik, namun tidak bisa bermain bagus pada saat bertanding. Kematangan mental juga sering disebut kesiapan mental diartikan sebagai kesanggupan mental dalam menghadapi dan mengendalikan serta mengatasi persoalan yang dihadapi dalam suatu pertandingan.
2. Salah satu unsur mental itu berkenaan dengan faktor psikologis yaitu kecemasan atau *anxiety*. Misalnya saja dalam melakukan shooting sangat ditentukan oleh unsur kecemasan, semakin rendah tingkat kecemasan atlet, maka semakin tinggi keberhasilannya dalam melakukan shooting, namun sebaliknya semakin tinggi kecemasan atlet, maka semakin sulit keberhasilan atlet itu dalam melakukan shooting.
3. Selain itu dalam melakukan *shooting* diperlukan koordinasi yang baik. Koordinasi adalah perpaduan gerak dari dua atau lebih persendian yang satu sama lainnya saling berkaitan dalam menghasilkan suatu keterampilan gerak. Koordinasi juga kemampuan otot dalam mengontrol gerak dengan tepat agar dapat mencapai satu tugas fisik. Dalam melakukan *shooting* ke gawang dalam sepak bola diperlukan koordinasi

4. mata-kaki yang baik dengan tujuan agar akurasi *shooting* dapat lebih terarah ke gawang.
5. Dalam olahraga sepak bola ada dikenal dengan teknik permainan yang harus dikuasai oleh setiap pemain yakni teknik dalam melakukan *shooting*. Seorang pemain harus benar-benar tepat dalam melakukan akurasi *shooting*, karena shooting merupakan salah satu cara untuk menciptakan gol ke gawang lawan sebagai salah satu ide permain dalam permainan sepak bola.

C. Pembatasan Masalah

Oleh karena banyaknya faktor yang mempengaruhi kemampuan pemain Simpang Gadang FC terhadap *shooting*, agar penelitian ini tidak terlalu luas maka dilakukan pembatasan masalah. Karena keterbatasan kemampuan dari peneliti baik itu masalah waktu maupun dana, maka penelitian ini dibatasi pada:

1. Kecemasan pemain SSB Simpang Gadang FC
2. Koordinasi mata-kaki pemain SSB Simpang Gadang FC
3. Akurasi *shooting* pemain SSB Simpang Gadang

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah dari peneliti, maka masalahnya dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan kecemasan dengan *shooting* pemain Simpang Gadang FC?

2. Apakah terdapat hubungan koordinasi mata kaki dengan *shooting* pemain Simpang Gadang FC?
3. Apakah terdapat hubungan kecemasan dan koordinasi mata kaki dengan *shooting* pemain Simpang Gadang FC?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, pembatasan masalah serta perumusan masalah maka penelitian ini bertujuan untuk :

1. Mengetahui hubungan kecemasan dengan hasil *shooting* pemain Simpang Gadang FC.
2. Mengetahui hubungan koordinasi mata kaki dengan hasil *shooting* pemain Simpang Gadang FC.
3. Mengetahui hubungan kecemasan dan koordinasi mata kaki dengan hasil *shooting* pemain Simpang Gadang FC.

F. Manfaat Penelitian

Sesuai dengan tujuan penelitian seperti yang dikemukakan terlebih dahulu dan memperhatikan masalah penelitian, maka diharapkan penelitian ini dapat bermanfaat bagi :

1. Peneliti sebagai syarat untuk menyelesaikan tugas akhir agar dapat meraih gelar sarjana pada Jurusan kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang tahun 2017.
2. Peneliti sebagai pengembangan ilmu, wawasan dan pengalaman dalam penelitian khususnya pada cabang sepakbola.

3. Peneliti selanjutnya sebagai bahan referensi untuk meneliti dalam kajian yang sama secara mendalam.
4. Mahasiswa Jurusan Kepelatihan sebagai bahan bacaan di perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
5. Pelatih dan pembina olahraga, sebagai pedoman pembinaan olahraga khusunya olahraga sepakbola.
6. Pemain sebagai masukan dalam meningkatkan kemampuan teknik dalam olahraga sepakbola.