

**PERBEDAAN EFEKTIVITAS AKURASI *SHOOTING* MENGGUNAKAN KAKI  
BAHAGIAN DALAM DENGAN KURA-KURA KAKI BAHAGIAN ATAS  
ATLET SEPAK BOLA BINTANG SALJU KECAMATAN MATUR  
KABUPATEN AGAM**

Haviz Sunarta<sup>1</sup>, Hendri Irawadi<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan,  
Universitas Negeri Padang  
E-mail: sunartahaviz@gmail.com<sup>1</sup>, hendriirawadi140560@gmail.com<sup>2</sup>

**ABSTRAK**

Masalah penelitian ini adalah masih belum akuratnya *shooting* atlet sepakbola PS. Bintang Salju Kecamatan Matur Kabupaten Agam, yang diduga karena atlet belum menguasai teknik *shooting*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan akurasi *shooting* menggunakan kaki bagian dalam dengan kura-kura kaki bagian atas atlet sepakbola Bintang Salju Kecamatan Matur Kabupaten Agam. Jenis penelitian yang digunakan adalah *expost facto*. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet sepakbola PS. Bintang Salju Kecamatan Matur Kabupaten Agam berjumlah 30 orang. Penarikan sampel menggunakan teknik *total sampling* yaitu semua populasi dijadikan *sample* penelitian, sehingga sampel berjumlah 30 orang. Instrument yang digunakan adalah tes “sepak sasaran” untuk mengukur akurasi *shooting*. Data dianalisis dengan statistik komparatif menggunakan uji beda mean (*t-test*) yang diolah melalui proses komputersasi dengan program SPSS. Hasil penelitian diperoleh *mean differences* sebesar 0.767.  $T_{hit} = 2.316 > t_{tab} 2.045$ , dengan  $df = 29$ ,  $P = 0.048$  menyatakan terdapat perbedaan signifikan akurasi *shooting* menggunakan kaki bagian dalam dengan kura-kura kaki bagian atas.

**Kata Kunci:** akurasi shooting; sepakbola.

**PENDAHULUAN**

Pada dasarnya olahraga dapat diartikan sebagai salah satu kebutuhan yang sangat menunjang di zaman serba canggih ini. Secara alamiah sepakbola berkembang mengikuti perkembangan zaman termasuk kondisi fisik, teknik, taktik dan mental. Apabila ke empat unsur itu terpenuhi, maka pemain tersebut pasti akan dapat beprestasi. Jika ada salah satu unsur saja yang tidak tercapai oleh pemain, maka ia tidak akan bisa menjadi seorang pemain yang bagus. Banyak teknik dalam permainan sepakbola diantaranya *passing*, *dribbling*, *shooting*, *heading*, *control* dan lain sebagainya. Akan tetapi dari sekian banyak teknik dalam permainan sepakbola *shooting* merupakan teknik terakhir digunakan dalam permainan sepakbola dalam menciptakan gol. Djezed (1983;8) menjelaskan bahwa untuk melakukan tendangan ke gawang lawan banyak bagian kaki yang dipergunakan oleh seorang pemain seperti sisi kaki bagian dalam, punggung kaki, kaki bagian luar, ujung kaki, kura-kura kaki, tumit dan lain sebagainya. Untuk akurasi tendangan juga diperhatikan posisi tubuh atau sasaran tendangan.

Akurasi tendangan juga memperhatikan kekuatan pada bola yang akan ditendang (*power shooting*). Dengan demikian akurasi suatu tendangan akan tercapai apabila sipemain tersebut memiliki teknik dalam menendang dengan baik. Dengan latihan yang rutin pastinya akan diperoleh keterampilan *shooting* yang baik, karena akan memperoleh pengalaman-pengalaman gerak dari banyaknya pengulangan gerakan akibatnya gerakan itu akan semakin meningkat kualitasnya dan tenaga yang digunakan akan semakin ekonomis.

Berdasarkan hasil pengamatan di lapangan bahwasanya saat bermain PS. Bintang Salju melakukan shooting kebanyakan tidak efektif pada saat pertandingan berlangsung. Peneliti menduga bahwa terdapat masalah terhadap pemain yang mengikuti latihan. Selama ini pemain PS. Bintang Salju sering kali tidak menghiraukan teknik dasar menendang. Para pemain sering menendang dengan asal-asalan. Akibatnya sebagian besar para pemain belum menguasai teknik *shooting* dengan baik. Dibuktikan dengan sering kali para pemain pada saat pertandingan atau berlatih membuang-buang kesempatan di depan gawang. Sebagian besar mereka kurang menguasai teknik dasar menendang dengan baik sehingga tingkat ketepatan akurasi tendangan mereka kurang bagus. Sebagian mereka juga belum bisa membedakan efektivitas akurasi shooting dengan menggunakan sisi kaki bagian dalam dengan punggung kaki (kura-kura kaki bagian atas). Apabila ini tidak diperhatikan maka prestasi sepakbola atlet sepakbola PS. Bintang salju sulit untuk ditingkatkan.

Berdasarkan permasalahan dari perbedaan akurasi *shooting* tersebut maka peneliti akan melakukan sebuah penelitian dengan judul “Perbedaan Efektivitas Akurasi Shooting Menggunakan Kaki Bagian dalam dengan Kura-Kura Kaki Bagian Atas Atlet Sepakbola Bintang Salju Kecamatan Matur Kabupaten Agam”.

## **METODE**

### **Jenis Penelitian**

Dalam penelitian ini penulis menggunakan jenis penelitian *expost facto*, penelitian ini melihat perbedaan efektivitas tendangan dengan sisi kaki bahagian dalam dengan kura-kura kaki bagian atas terhadap efektivitas akurasi *shooting*.

### Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah semua pemain PS yang berjumlah 30 orang

Teknik pengumpulan sampel dalam penelitian ini menggunakan *total sampling*. Maka sampel dalam penelitian ini adalah semua atlet sepakbola yang terdaftar pada PS Bintang Salju Kecamatan Matur Kabupaten Agam yaitu berjumlah 30 orang.

### Teknik Pengumpulan Data

Alat yang digunakan untuk memperoleh data dalam penelitian ini adalah instrument tes “sepak sasaran” untuk tes kemampuan Akurasi *shooting*. Sampel melakukan dua bentuk tes yaitu sepak sasaran menggunakan kaki bagian dalam dan dengan kura-kura kaki bagian atas.

### Teknik Analisis Data

Sebelum dilakukan uji hipotesis terlebih dahulu dilakukan uji normalitas menggunakan uji Liliefors dan homogenitas menggunakan uji Varians, guna melihat apakah data berdistribusi secara normal dan homogen. Selanjutnya dilakukan uji hipotesis melalui uji *t* (*paired sample t-test*) dengan formula sebagai berikut:

$$th = \frac{|\bar{x}_1 - \bar{x}_2|}{\sqrt{\frac{\sum D^2 - \frac{(\sum D)^2}{N}}{n(n-1)}}$$

Keterangan:

- th* : Harga uji t yang dicari
- $\bar{x}_1$  : Mean sampel pertama
- $\bar{x}_2$  : Mean sampel ke dua
- D* : Beda skor antara skor sampel 1 dan 2
- N* : Jumlah pasangan sample
- $\sum D$  : Jumlah semua beda
- $\sum D^2$  : Jumlah semua beda dikontrol

### Hasil Penelitian

Dalam deskripsi ini, disajikan distribusi akurasi shooting menggunakan kaki bagian dalam dengan kura-kura kaki bagian atas atlet sepakbola Bintang Salju Kecamatan Matur Kabupaten Agam. Jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 1. Deskripsi Data Penelitian

Data	Variabel	N	$\bar{X}$	Std.dev	Varians	Min	Mak
Akurasi Shooting	Kaki Bagian Dalam	30	7.60	2.08	4.32	4	12
	Kura-kura Kaki Bagian atas	30	6.83	2.02	4.07	4	12

Gambaran masing-masing data dapat dideskripsikan sebagai berikut :

**1. Akurasi Shooting Menggunakan Kaki Bagian Dalam**

Sesuai tabel analisis deskriptif data shooting menggunakan kaki bagian dalam pada 30 orang atlet sepak bola Bintang Salju, diperoleh rerata hitung 7.60, standar deviasi 2.08, varians 4.32, nilai minimum 4 dan maksimum 12. Selanjutnya distribusi frekuensi data penelitian dapat disajikan pada tabel berikut :

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Data Shooting Menggunakan Kaki Bagian Dalam

<i>Kelas Interval</i>	<i>Frekuensi Absolut</i>	<i>Frekuensi Relatif (%)</i>
4 – 5	4	13.33
6 – 7	12	40.00
8 – 9	9	30.00
10 -11	3	10.00
12 – 13	2	6.67
	30	100

Berdasarkan tabel di atas terlihat akurasi shooting menggunakan kaki bagian dalam dari 30 orang sampel pada atlet Sepakbola Bintang Salju Kecamatan Matur Kabupaten Agam sebanyak 4 orang atau 13.33% atlet berada dalam kelas interval 4-5, 12 orang atau 40% atlet berada dalam interval 6-7, 9 orang atau 30% atlet berada dalam interval 8-9, 3 orang atau 10% atlet berada dalam interval 10-11 dan 2 orang atau 6.67% atlet berada dalam interval 12-13.

**2. Akurasi Shooting Menggunakan Kura-kura Kaki Bagian Atas**

Deskripsi data shooting menggunakan kura-kura kaki bagian atas pada 30 orang atlet sepak bola Bintang Salju, diperoleh rerata hitung (mean) = 6.83, standar deviasi = 2.02, varians = 4.07, minimal = 4 dan maksimal = 12. Selanjutnya distribusi frekuensi data penelitian dapat disajikan pada tabel berikut:

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Data Shooting Menggunakan Kura-Kura Kaki Bagian Atas

<i>Kelas Interval</i>	<i>Frekuensi Absolut</i>	<i>Frekuensi Relatif (%)</i>
4 – 5	10	33.33
6 – 7	10	33.33
8 – 9	6	20.00
10 -11	3	10.00
12 – 13	1	3.33
	30	100

Berdasarkan tabel di atas terlihat akurasi shooting menggunakan kura-kura kaki bagian atas dari 30 orang sampel pada atlet Sepakbola Bintang Salju Kecamatan Matur Kabupaten Agam sebanyak 10 orang atau 33.33% atlet berada dalam kelas interval 4-5, 10 orang atau 33.33% atlet berada dalam interval 6-7, 6 orang atau 20% atlet berada dalam interval 8-9, 3 orang atau 10% atlet berada dalam interval 10-11 dan 1 orang atau 3.33% atlet berada dalam interval 12-13.

## PEMBAHASAN

Penelitian yang dirancang untuk melihat perbedaan efektivitas akurasi shooting menggunakan kaki bagian dalam dengan kura-kura kaki bagian atas atlet sepakbola Bintang Salju Kecamatan Matur Kabupaten Agam. Dalam penelitian ini, shooting digunakan sebagai variabel penelitian, dimana kemampuan maksimal dalam penelitian ini didapatkan berdasarkan hasil tes shooting dengan mengukur kemampuan shooting menggunakan tes “sepak sasaran”. Berdasarkan hasil tes, maka kemampuan shooting masing-masing sampel dapat ditentukan. Sampel penelitian berjumlah 30 orang atlet Sepakbola Bintang Salju Kecamatan Matur Kabupaten Agam.

Berdasarkan pengukuran, dilakukan uji normalitas. Hasilnya menunjukkan bahwa semua data berdistribusi normal. Sedangkan berdasarkan uji homogenitas melalui uji varian masing-masing variabel menunjukkan bahwa data dalam keadaan homogen. Dalam penelitian ini digunakan analisis uji beda rerata hitung (*t-test*), mengingat keterkaitan ke dua variabel yang diteliti merupakan perbedaan akurasi shooting. Dengan analisis dimaksud diharapkan dapat menjelaskan adanya perbedaan penggunaan kaki bagian dalam dengan kura-kura kaki bagian atas pada efektivitas akurasi shooting atlet sepakbola Bintang Salju.

Shooting merupakan salah satu usaha untuk memindahkan bola kesasaran menggunakan kaki atau bagian kaki. Shooting adalah unsur teknik dasar yang sangat penting, karena dengan kemampuan shooting yang baik, maka seorang pemain sepakbola akan bisa menendang bola tepat sasaran. Sebagaimana yang dikemukakan Luxbacher (2001) bahwa kemampuan untuk melakukan tendangan dengan kuat dan akurat baik menggunakan kaki kiri maupun kanan adalah faktor yang paling penting untuk menciptakan gol.

Lebih lanjut dikemukakan bahwa akurasi shooting adalah keakuratan sebuah shooting yang dilakukan oleh para pemain. Sebagaimana dijelaskan Koger (2007;19) bahwa ketepatan atau akurasi tendangan sangat diperlukan agar pemain dapat mengoper bola kepada pemain lain dan melakukan tembakan yang jitu ke arah gawang tim lawan. Dari pendapat di atas dapat dikatakan bahwa akurasi shooting berarti kemampuan untuk memindahkan bola kesasaran dengan menggunakan kaki tepat mengenai sasaran.

Merujuk pada hasil analisis penelitian yang membuktikan bahwa terdapat perbedaan signifikan penggunaan kaki bagian dalam dengan kura-kura kaki bagian atas terhadap akurasi shooting, analisis *t-test* diperoleh *mean differences* sebesar 0.767.  $T_{hit} = 2.316 > t_{tab} 2.045$ , dengan  $df = 29$ ,  $P = 0.028$ . Hal ini membuktikan adanya perbedaan secara nyata pada efektivitas akurasi shooting kedua kelompok tes.

Dari temuan penelitian ini dapat diartikan akurasi shooting sangat ditentukan oleh kemampuan seseorang untuk mengubah suatu gerak ke suatu serangan sesuai dengan tujuan. Sebagaimana diketahui bahwa ada banyak faktor yang mempengaruhi hasil shooting tersebut diantaranya kondisi fisik, teknik shooting dan psikologi pemain. Lebih lanjut Tohidi (2005) menjelaskan faktor yang mempengaruhi tendangan (shooting) yaitu ; (1) anatomis dan fisiologis, dimana perbedaan karakteristik anatomis dan sendi merupakan faktor eksternal yang mempengaruhi produksi atau tenaga, (2) morfologi, dimana kekuatan otot bergantung pada ukuran atau volume otot, dan (3) unit motor, dimana pengaktifan unit motor merupakan hal utama dalam memproduksi kekuatan (gaya). Pengaktifan ini dipengaruhi oleh faktor psikologis.

Berdasarkan kemungkinan di atas dapat dinyatakan bahwa shooting merupakan cerminan struktur anatomi dan fisiologi seseorang serta koordinasi seluruh komponen otot yang digunakan dalam melakukan tendangan. Sedangkan ketepatan tendangan sesuai dengan tujuan atau sasaran yang diinginkan, khususnya dalam mencetak gol

dapat dikatakan sebagai akurasi tendangan. Seorang pemain yang baik akan mampu menghasilkan tendangan yang akurat tentunya dengan menguasai berbagai faktor yang yang mempengaruhi tendangan tersebut. Karena shooting atau tendangan dapat dilakukan dalam keadaan bola diam, mengelinding maupun dalam keadaan melayang diudara dengan tujuan memasukan bola ke gawang lawan. Maka dari itu seorang pemain sepakbola harus memiliki teknik menendang yang baik serta harus bisa mengoptimalkan kekuatan dan keakuratan tendangan sehingga menghasilkan hasil yang diinginkan yaitu mencetak gol.

Luxbacher (2012:43) mengatakan bahwa kemampuan untuk melakukan tendangan dengan kuat dan akurat baik menggunakan kaki kiri maupun kaki kanan adalah faktor yang paling penting untuk menciptakan gol. Di lain pihak Yulifri (2010;83) mengemukakan bahwa tujuan menendang bola adalah (1) untuk memberikan bola ke teman, (2) memasukan bola ke gawang lawan, (3) untuk menghidupkan bola setelah terjadi suatu pelanggaran seperti tendangan bebas, tendangan pen juru, tendangan hukuman, tendangan gawang dan sebagainya, (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.

Mencermati hal di atas, kita ketahui bahwa shooting tidak hanya memindahkan bola kesasaran menggunakan kaki atau bagian kaki, tetapi juga menuntut ketepatan mengenai sasaran yang sesuai tujuan. Selanjutnya dapat dikatakan akurasi shooting. Akurasi shooting ini terbangun dari kekuatan otot dan koordinasi komponen otot yang digunakan untuk menendang serta struktur anatomi dan fisiologi seseorang. Sebagaimana dikemukakan Djezed (1985) yaitu untuk memperoleh hasil tendangan yang diinginkan sesuai dengan kebutuhan diantaranya letak kaki tumpu pada saat menendang, perkenaan kaki pada bola, perkenaan bola pada kaki, titik berat badan, kekuatan dan *pollow through*. Maka dari itu dalam penelitian ini dilihat perbedaan akurasi shooting menggunakan kaki bagian dalam dan kura-kura kaki bagian atas.

Shooting menggunakan kaki bagian dalam dilakukan dengan cara menempatkan kaki tumpu disamping bola, ujung kaki tumpu diarahkan ke arah jalan bola dan kaki tumpu ikut membantu gerakan kaki ayun atau kaki tendang. Sedangkan shooting menggunakan kura-kura kaki bagian atas dilakukan dengan cara meletakan kaki tumpu disamping bola, kaki tumpu diarahkan kearah tendangan, lutut kaki tumpu sedikit

diangkat. Kaki tendangan yaitu kaki tumpu diikuti oleh gerakan pingang, perkenaan kura-kura kaki bagian atas tepat ditengah bola, pergelangan kaki dikuatkan, ujung kaki tendang di arahkan ke bawah. Pada saat melakukan tendangan tubuh bagian atas berada diatas bola.

Zalfendi dkk (2005;111) berpendapat menendang bola ke gawang dengan kura-kura kaki bagian atas, akan lebih sulit lawan untuk menangkapnya, apa lagi dilakukan dengan teknik yang benar. Karena biasanya penggunaan kura-kura kaki bagian atas dimaksudkan untuk tujuan jalannya bola keras dan berkualitas, sehingga akan menyulitkan penjaga gawang. Tentunya hasil yang maksimal akan diperoleh dengan menggunakan teknik yang benar.

Artinya bahwa shooting yang tepat dan akurat akan diperoleh dengan mengaplikasikan teknik menendang yang benar. Baik menendang dengan kaki ataupun bagian kaki dalam hal ini meliputi kaki bagian dalam dan kura-kura kaki bagian atas. Dimana teknik shooting sangat mempengaruhi keakuratan sebuah tendangan pemain sepakbola. Sebagaimana dikemukakan Luxbacher (2011; 105) bahwa teknik menendang bola ke gawang (shooting) penting karena sasaran utama dari setiap serangan adalah untuk mencetak gol.

Dilain pihak Mielke (2009; 67) menyatakan cara paling tepat untuk mengembangkan teknik shooting adalah melatih tendangan shooting berkali-kali menggunakan teknik yang benar. Artinya jika seorang pemain ingin menjadi penembak jitu, dia harus meluangkan waktu berjam-jam melakukan tendangan shooting ke arah gawang. Dengan kata lain dapat dikatakan bahwa teknik shooting bisa ditingkatkan melalui latihan secara benar dengan waktu berjam-jam dan sasaran tendangan ke arah gawang.

Akhirnya didasarkan pada pembuktian uji statistik di atas, disimpulkan bahwa terdapat perbedaan akurasi shooting menggunakan kaki bagian dalam dengan kura-kura kaki bagian atas atlet sepakbola Bintang Salju Kecamatan Matur Kabupaten Agam.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian tentang perbedaan efektivitas akurasi shooting menggunakan kaki bagian dalam dengan kura-kura kaki bagian atas atlet sepkbola Bintang Salju Kecamatan Matur Kabupaten Agam, maka dapat disimpulkan bahwa

terdapat perbedaan signifikan akurasi shooting menggunakan kaki bagian dalam dengan kura-kura kaki bagian atas yang dibuktikan dari analisis *t-test* diperoleh *mean differences* 0.767.  $T_{hit} = 2.316 > t_{tab} 2.045$ , dengan  $df = 29$ ,  $P = 0.028$ .

### DAFTAR PUSTAKA

- Cooper, Wiel. (1985) *Sepakbola, Program Pembinaan Pemain Ideal*. PT Gramedia, Jakarta.
- Darwis, Ratinus .1999. *Sepakbola*. Padang: FIK UNP
- Depdikbud, (1984).*Paket Penelitian Kesegaran Jasmani dan Kesehatan Rekreasi*. Dipusdiklat Olahraga Pelajar. Jakarta
- Depdikbud, (1991/1992).*Olahraga Pilihan Sepakbola*. Jakarta: DEPDIKNAS
- Djzed, Zulfar dkk, (1983).*Buku Pembelajaran Sepakbola*. FPOK IKIP Padang.
- Lucbacher, Joseph. (2001). *Sepakbola: Langkah-langkah Menuju Sukses*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- Soekarman, R (1987). *Dasar Olahraga Untuk Pembina, Pelatih, dan Atlet*. Jakarta. Inti Ida Ayu Press
- Tohidin, Didin. (2005). *Maksimalisasi Kekuatan Otot Dan Kelicahan Tungkai Atlet Sepakbola dengan Model Latihan Lateral Bound dan Model Latihan Hexagon pada Mahasiswa Universitas Negeri Padang*. Bandung: Universitas Pajajaran
- UU RI NO.3 Tahun 2005.*Sistem Keolahragaan Nasional*. Jakarta: Sinar Grafika
- Yanofri, Rifki.2008. *Hubungan Kecepatan dan Kelincahan terhadap Dribbling Pemain Sepakbola Persatuan Sepakbola Tabing dan sekitarnya*. Padang: FIK UNP
- <https://m.belajarbahasa.id/artikel/dokumen/348-perbedaan-arti-dan-penggunaan-shot-dan-shoot-2017-05-08-04-12>
- <https://www.babla.co.id/bahasa-inggris-bahasa-indonesia/shooting>
- <https://kamusbahasainggris.id/arti-kata/shooting/>