



Pengukuran ketepatan shooting anggota ekstrakurikuler sepak bola pada sekolah menengah pertama di Bengkulu Selatan



Andro Wibowo Aji^{1,a}

¹)Program studi Pendidikan Jasmani Universitas Dehasen Bengkulu

^a)Corresponding Author: androwibowo24@gmail.com

Abstract

The purpose of this study was to determine the level of shooting accuracy skills of participants in extracurricular activities 4 football at SMP N 11 Bengkulu Selatan. The sample from this study amounted to 15 participants whose data collection method was by kicking the ball five times into the goal with a target in the form of numbers, which later on all numbers will be added up and categorized as very good, good, moderate, less, very less. Based on the analysis data, it shows that the accuracy of shooting carried out by the participants in the extracurricular activities of SMP N 11 Bengkulu Selatan is in the medium category. The shooting accuracy skills of the participants in the extracurricular activities of SMP N 11 Bengkulu Selatan are moderate because the participants are dominated by new participants or grade 7 students, and they have never practiced with this training method before.

Keyword: Shooting accuracy skills

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui tingkat keterampilan ketepatan shooting pada peserta kegiatan ekstrakurikuler 4sepak bola di SMP N 11 Bengkulu Selatan. Sampel dari penelitian ini berjumlah 15 peserta yang cara pengambilan datanya dengan menendang bola sebanyak lima kali kedalam gawang dengan target berupa angka-angka, yang nantinya keseluruhan angka akan dijumlahkan dan dikategorikan baik sekali, baik, sedang, kurang, kurang sekali. Berdasarkan data hasil analisis, menunjukkan bahwa ketepatan shooting yang di lakukan peserta kegiatan ekstrakurikuler SMP N 11 Bengkulu Selatan masuk dalam kategori sedang. Keterampilan ketepatan shooting pada peserta kegiatan ekstrakurikuler SMP N 11 Bengkulu Selatan sedang dikarenakan pesertanya didominasi oleh peserta baru atau siswa kelas 7, dan tidak pernah dilakukannya latihan dengan metode latihan seperti ini sebelumnya.

Kata Kunci: Keterampilan Ketepatan Shooting

Histori Artikel:

1. Artikel disubmit tanggal 17 Juni 2021
2. Artikel direview tanggal 17 Juni 2021
3. Artikel diterima tanggal 02 Juli 2021
4. Artikel diterbitkan tanggal 07 Juli 2021

Pendahuluan

Sepak bola merupakan salah satu cabang permainan yang mengandung unsur gerak kompleks. Agar dapat bermain sepak bola dengan baik, pemain diwajibkan untuk menguasai teknik – teknik dalam sepak bola, selain ditunjang dengan kondisi fisik dan kesiapan mental. Sepak bola merupakan permainan beregu, masing – masing terdiri dari sebelas pemain dan salah satunya sebagai penjaga gawang. Sepak bola adalah permainan sederhana, dan rahasia dari permainan sepak bola yang baik adalah melakukan hal – hal yang sederhana sebaik-baiknya. Dari hal tersebut menunjukkan betapa pentingnya dan perlunya olahraga sepak bola untuk dilakukan, dari pertandingan-pertandingan pun telah dilaksanakan mulai dari perdesaan maupun perkotaan yang dilakukan oleh pihak swasta ataupun pihak instansi-instansi setempat dan para pesertanya pun bahkan tidak menghiraukan umur maupun jabatan dari orang tersebut mulai dari anak usia dini maupun veteran atau usia lanjut yang mengikutinya karena hanya untuk olahraga, rekreasi dan prestasi yang diinginkan oleh pelaku olahraga.

Tujuan sepak bola adalah pemain memasukkan bola ke gawang lawan dan berusaha menjaga gawangnya sendiri agar tidak kemasukan. Banyak berbagai cara yang dilakukan untuk mencetak gol, tetapi menendang adalah salah satu cara yang paling dominan untuk mencetak gol ke gawang lawan. Tendangan yang baik dan akurat dapat di pergunakan untuk memberi umpan kepada teman, menembak bola ke arah mulut gawang lawan, untuk membuat gol kemenangan dan untuk melakukan bermacam - macam tendangan salah satunya tendangan kearah gawang dengan tujuan utama untuk mencetak gol. Untuk meningkatkan latihan ketepatan tendangan ke gawang (shooting) perlu adanya bentuk latihan yang perlu dilakukan oleh seorang penendang khususnya pemain depan. Untuk dapat melakukan tendangan yang baik dan terarah seorang pemain harus perlu melakukan latihan tendangan ke gawang (shooting) secara berulang - ulang sampai ditemukan sasaran dan perasaan kepada bola untuk mendapatkan tendangan yang memiliki akurasi tinggi, sehingga tendangannya membuahkan gol.

Ketepatan dalam tendangan ke gawang (shooting) sangat penting bagi setiap pemain dan tim, karena dengan seorang pemain memiliki tendangan yang keras dan memiliki akurasi yang baik sebuah tim akan mudah dalam mencetak gol.

Dengan demikian penyerangan tidak perlu sampai kemulut gawang atau area penalti, setiap ada ruang tembak ke gawang pemain dapat langsung menendang kearah gawang. Maka ketepatan dalam melakukan tendangan ke gawang (shooting) sangat perlu dilatih demi mendapatkan tendangan yang baik dan akurat khususnya untuk kearah gawang. Dari hal tersebut penulis tertarik untuk meneliti peserta kegiatan ekstrakurikuler sepak bola yang ada di SMP N Negeri 11 Bengkulu Selatan karena sepak bola pada SMP N 11 Bengkulu Selatan ini telah mendapatkan sejumlah prestasi dan banyak piala - piala yang telah mereka raih, baik di tingkat Kabupaten maupun Provinsi. Peserta kegiatan ekstrakurikuler sepak bola SMP N 11 Bengkulu Selatan ini telah mempunyai kepengurusan, pelatih yang mempunyi dan program latihan yang diterapkan dalam pembinaan peserta kegiatan ekstrakurikuler di SMP N 11 Bengkulu Selatan telah terbentuk.

Metode Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada Siswa SMP N 11 Bengkulu Selatan dengan mengukur ketepatan shooting pada permainan sepak bola. Data yang diperoleh adalah data kuantitati. Pengukuran dilakukan dengan melakukan tes ketepatan tendangan yang mengenai sasaran pada peserta kegiatan ekstrakurikuler di SMP N 11 Bengkulu Selatan. Hasil tes kemudian dikategorisasi ke dalam klasifikasi baik sekali, baik, sedang, kurang, kurang sekali.

Hasil Penelitian

Hasil tes keterampilan ketepatan *shooting* pada peserta kegiatan ekstrakurikuler sepak bola di SMP N 11 Bengkulu Selatan menghasilkan skor tertinggi yaitu 90, dan skor trendah yaitu 40. Setelah data terkumpul, maka dilakukan pengkategorian yang dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 1 Hasil Tes Keterampilan Ketepatan *Shooting* Pada Peserta Kegiatan Ekstrakurikuler di SMP N 11 Bengkulu Selatan.

No	Skor-T	Frekuensi	Persentase	Klasifikasi
1	≥80	3	20%	Baik Sekali
2	65-75	4	27%	Baik
3	50-60	6	40%	Sedang
4	35-45	2	13%	Kurang
5	≤30	0	0	Kurang Sekali

Jumlah	15	100%
--------	----	------

Data tabel diatas menunjukkan bahwa tes keterampilan ketepatan *shooting* pada peserta kegiatan ekstrakurikuler di SMP N 11 Bengkulu Selatan, 3 peserta mendapat kategori baik sekali dengan persentase 20%, 4 peserta mendapat kategori baik dengan persentase 27%, 6 peserta mendapat kategori sedang dengan persentase 40%, 2 peserta yang mendapat kategori kurang dengan persentase 13%, dan tidak ada satu pesertapun yang mendapatkan kategori kurang sekali.

Pembahasan

Sepak bola merupakan permainan yang di mainkan oleh dua tim yang masing-masing tim terdiri atas 11 orang pemain, yang lazim di sebut kesebelasan. Masing-masing tim berusaha memasukan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan berusaha mempertahankan gawangnya sendiri, agar tidak kemasukan bola lawan, sesuai dengan FIFA law of the game. Agustina (2020 : 1). Teknik dasar merupakan suatu keterampilan individu tiap-tiap pemain untuk melakukan pergerakan baik dengan bola ataupun tanpa bola. Dengan mempunyai teknik dasar yang baik, seorang pemain akan mudah menguasai dan mengontrol bola. Oleh karena itu, seorang pemain akan bisa membantu timnya untuk mencapai tujuan permainan dan menjadikan timnya sebagai pemenang dalam suatu pertandingan, Agustina (2020 : 28). Untuk bermain sepak bola dengan baik pemain harus dibekali teknik dasar yang baik, pemain yang memiliki teknik dasar yang baik cenderung pemain tersebut dapat memainkan sepak bola dengan baik pula. Macam-macam teknik dasar adalah antara lain, menendang bola, passing, shooting, menghentikan bola, menggiring bola, menyundul bola, merampas bola, lemparan kedalam, penjaga gawang, dalam penelitian ini sendiri penulis menekankan hanya pada keterampilan ketepatan shooting saja.

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif karena penulis ingin menganalisis keterampilan ketepatan shooting pada peserta kegiatan ekstrakurikuler di SMP N 11 Bengkulu Selatan. Berdasarkan data hasil analisis menunjukkan bahwa, ketepatan shooting yang di lakukan peserta kegiatan ekstrakurikuler SMP N 11 Bengkulu Selatan dalam kategori sedang. Keterampilan ketepatan shooting pada peserta kegiatan ekstrakurikuler SMP N 11 Bengkulu Selatan sedang kemungkinan karena pesertanya

didominasi oleh peserta baru atau siswa kelas 7, dikarenakan siswa kelas 3 yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler ini sudah tidak aktif lagi atau sudah berhenti karena telah melaksanakan (UAS) Ujian Akhir Semester.

Dapat dilihat pada grafik, dimana kategori sedang yang paling tinggi, hal ini menyatakan bahwa peserta kegiatan ekstrakurikuler di SMP N 11 Bengkulu Selatan dalam melakukan shooting masih belum bisa menguasai. Hal ini terjadi karena banyaknya peserta baru dan tidak pernah dilakukannya metode latihan seperti ini sebelumnya, dalam latihan, pelatih hanya menekankan pada permainan sehingga kurangnya latihan-latihan teknik dasar dalam sepak bola terutama pada latihan shooting karena tujuan dari sepak bola sendiri adalah masing-masing tim berusaha memasukan bola ke gawang lawan dan menjaga agar gawangnya tidak kemasukan bola lawan Agustina (2020 : 1). Hal ini berarti suatu regu dinyatakan menang apabila regu tersebut lebih banyak memasukkan bola ke gawang lawannya dan lebih sedikit kemasukan bola.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa tes keterampilan ketepatan shooting pada peserta kegiatan ekstrakurikuler di SMP N 11 Bengkulu Selatan dalam kategori sedang hal ini dapat dilihat dari, 3 peserta mendapat kategori baik sekali dengan persentase 20%, 4 peserta mendapat kategori baik dengan persentase 27%, 6 peserta mendapat kategori sedang dengan persentase 40%, 2 peserta yang mendapat kategori kurang dengan persentase 13%, dan tidak ada satu pesertapun yang mendapatkan kategori kurang sekali. Hal ini terjadi karena peserta didominasi oleh peserta baru dari siswa kelas 7 dan tidak pernah dilakukannya latihan dengan metode ini sebelumnya.

Daftar Pustaka

- Agustina, Siaga. (2020). Buku Jago Sepak Bola. Tangerang Selatan: Tim Cemerlang.
- Aji, Sukma. (2016). Buku Olahraga Paling Lengkap. Pamulang: Bumi Pamulang - Bambu Apus.
- Batty, C. (2014). Latihan Metode Baru. Bandung: Pionir Jaya.
- Daral Fauzi R. (2009). Pelaksanaan Tes Keterampilan Sepak Bola Usia 10_12 Tahun. Jakarta: Depdiknas

-
- Joseph A Luxbacher. (2012). Sepak Bola Edisi Kedua. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Hasana, Ina. (2019). Sepak Bola. Bandung: PT Indahjaya Adipratama.
- Irfandi M Or. (2015). Pengembangan Model Latihan Sepak Bola dan Bola Voli. Yogyakarta: Deepublish
- Maksum, Ali. (2012). Metodologi Penelitian Dalam Olahraga. Surabaya: Unesa University Press.
- Ma'u, Melius. dan Santoso, J. (2014). Teknik Dasar Bermain Sepak Bola. Yogyakarta: Cakrawala.
- Rijal Mustafa Kusmayadi (2012). Perbandingan Tendangan Menggunakan Punggung Kaki Dan Menggunakan Ujung Kaki Terhadap Ketepatan Hasil Shooting Pada Olahraga Futsal. Skripsi. Universitas Pendidikan Indonesia.