

KETEPATAN *SHOOTING* PADA PEMAIN SEPAK BOLA SSB GARUDA

USIA 15 S/D 17 TAHUN DESA LUMBAN DOLOK SIABU

MANDAILING NATAL

SKRIPSI



OLEH :

AHMAD ZAKI

K1A220005

PROGRAM STUDI KEPELATIHAN OLAHRAGA

JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KEPELATIHAN

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS JAMBI

2024

KETEPATAN *SHOOTING* PADA PEMAIN SEPAK BOLA SSB GARUDA

USIA 15 S/D 17 TAHUN DESA LUMBAN DOLOK SIABU

MANDAILING NATAL

SKRIPSI

Diajukan Kepada Universitas Jambi Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan

dalam Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan/Sarjana Olahraga



OLEH :

AHMAD ZAKI
K1A220005

PROGRAM STUDI KEPELATIHAN OLHRAGA

JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KEPELATIHAN

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS JAMBI

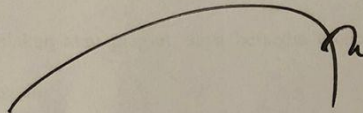
2024

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul Ketepatan *Shooting* Pada Pemain Sepak Bola SSB Garuda Usia 15 S/d 17 Tahun Desa Lumban Dolok Siabu Mandailing Natal, yang disusun oleh Ahmad Zaki, NIM. K1A220005 telah diperiksa dan disetujui untuk disidangkan.

Jambi, Februari 2024

Pembimbing I

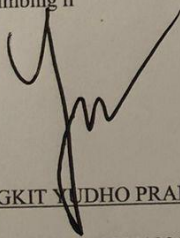


ADHE SAPUTRA, S.Pd., M.Pd.

NIP.198705262015041001

Jambi, Februari 2024

Pembimbing II



BANGKIT YUDHO PRABOWO, M.Or.

NIP.199007192022031006

HALAMAN PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama : Ahmad Zaki

NIM : K1A220005

Program Studi : Kepeleatihan Olahraga

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini benar-benar karya sendiri dan bukan merupakan jiplakan dari hasil penelitian pihak lain. Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa skripsi ini merupakan jiplakan atau plagiat, saya bersedia menerima sanksi dicabut gelar dan ditarik ijazah.

Demikianlah pernyataan ini dibuat dengan penuh kesadaran dan tanggung jawab.

Jambi, Februari 2024

Mahasiswa,

AHMAD ZAKI

NIM. K1A220005

ABSTRAK

Ahmad Zaki, NIM. K1A220005 : “Ketepatan *Shooting* Pada Pemain Sepak Bola SSB Garuda Usia 15 s/d 17 Tahun Desa Lumban Dolok Siabu Mandailing Natal” Program Studi Kepeleatihan Olahraga Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Jambi. Pembimbing I : Bapak Adhe Saputra, S.Pd., M.Pd. dan Pembimbing II : Bapak Bangkit Yudho Prabowo, M.Or.

Kata Kunci : Ketepatan *Shooting*, Pemain Sepak Bola, SSB Garuda. Penelitian ini dilaksanakan di SSB Garuda Jl. Medan-Padang Desa Lumban Dolok, Kec. Siabu, Kab. Mandailing Natal, Sumatera Utara. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Ketepatan *Shooting* Pada Pemain Sepak Bola SSB Garuda Usia 15 s/d 17 Tahun Desa Lumban Dolok Siabu Mandailing Natal. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif deskriptif. Populasi penelitian ini adalah seluruh pemain SSB Garuda usia 15 s/d 17 tahun yang berjumlah 110 orang. Berdasarkan hasil data dan kesimpulan dalam penelitian ini adalah tidak ada yang masuk kedalam kriteria baik sekali, 7 orang (46,67%) dengan kriteria baik, 5 orang (33,33%) dengan kriteria cukup, 3 orang (20,00%) dengan kriteria kurang, dan tidak ada dengan kriteria kurang sekali.

MOTTO

Motto : “Hiduplah Seolah Engkau Mati Besok, Belajarlah Seolah Engkau Hidup Selamanya.” (Mahatma Ghandi)

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas berkat rahmat dan karunianya penulis dapat menyusun skripsi dengan judul **“KETEPATAN *SHOOTING* PADA PEMAIN SEPAK BOLA SSB GARUDA USIA 15 S/D 17 TAHUN DESA LUMBAN DOLOK SIABU MANDAILING NATAL”**. Penulis sadar bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna dan penulis juga menyadari bahwa usaha dan perjuangan penulis yang maksimal bukanlah perjuangan dari penulis sendiri, karena tanpa bantuan dan dukungan dari berbagai pihak mustahil skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Oleh sebab itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada :

1. Panutanku, Ayahanda Yahrin Lubis. Beliau memang tidak sempat merasakan pendidikan sampai bangku perkuliahan, namun beliau mampu mendidik penulis, memotivasi, serta memberikan dukungan hingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai sarjana
2. Pintu surgaku, Ibunda Rosiah Nasution, yang tidak henti-hentinya memberikan kasih sayang dengan penuh cinta dan selalu memberikan motivasi serta do’a hingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai sarjana.
3. Bapak Adhe Saputra, S.Pd., M.Pd. sebagai Dosen Pembimbing I yang telah memberikan arahan dan bimbingan kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.
4. Bapak Bangkit Yudho Prabowo, M. Or. Sebagai Dosen Pembimbing II yang telah memberikan arahan dan bimbingannya juga kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.
5. Bapak dan Ibu Dosen Universitas Jambi, khususnya Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan yang telah banyak memberi ilmu pengetahuan hingga menambah wawasan penulis.

6. Rekan-rekan mahasiswa khususnya dari Program Studi Kepelatihan Olahraga Universitas Jambi atas dukungan dan kerja samanya selama menempuh pendidikan serta penyelesaian penyusunan skripsi ini.
7. Untuk orang-orang yang selalu bertanya “*kapan wisuda ?*”.
8. Terakhir, terima kasih kepada diri sendiri karena telah mampu berusaha keras dan berjuang sejauh ini.

Semoga amal baik semuanya yang sudah membantu penulis dalam penyusunan skripsi ini mendapat pahala yang setimpal dari Allah SWT. Dan harapan kedepannya semoga skripsi ini dapat bermanfaat dan menambah pengetahuan, khususnya kepada penulis sendiri.

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iii
ABSTRAK.....	iv
MOTTO.....	v
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	vii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	3
1.3 Batasan Masalah.....	3
1.4 Rumusan Masalah.....	4
1.5 Tujuan Penelitian.....	4
1.6 Manfaat Penelitian.....	4
BAB II TUJUAN PUSTAKA.....	5
2.1 Kajian Teori.....	5
2.1.1 Defenisi Sepak Bola.....	5
2.1.2 Komponen.....	6
2.1.3 Latihan.....	10
2.1.4 Objek.....	11
2.2 Penelitian Yang Relevan.....	12
2.3 Kerangka Berpikir.....	14
BAB III METODE PENELITIAN.....	15

3.1 Waktu dan Tempat Penelitian.....	15
3.1.1 Waktu Penelitian.....	15
3.1.2 Tempat Penelitian.....	15
3.2 Metode dan Jenis Penelitian.....	15
3.3 Populasi dan Sampel.....	15
3.3.1 Populasi.....	15
3.3.2 Sampel.....	16
3.4 Defenisi Variabel.....	17
3.5 Instrumen Penelitian.....	17
3.6 Teknik Pengumpulan Data.....	17
3.7 Teknik Analisis Gerak.....	19
3.8 Teknik Analisis Data.....	21
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	22
4.1 Hasil Penelitian.....	22
4.2 Pembahasan.....	23
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	26
5.1 Kesimpulan.....	26
5.2 Saran	26
DAFTAR PUSTAKA.....	27
LAMPIRAN.....	30

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 <i>Shooting</i> Dengan Punggung Kaki.....	7
Gambar 2.2 <i>Shooting</i> Dengan Kaki Dalam.....	8
Gambar 2.3 <i>Shooting</i> Dengan Kaki Luar.....	9
Gambar 2.4 Kerangka Berpikir.....	14
Gambar 3.1 Tes <i>Shooting</i> Bola Kesasaran.....	18
Gambar 3.2 Sikap Awal.....	19
Gambar 3.3 Sikap Awal <i>Shooting</i>	20
Gambar 3.4 Sikap Akhir <i>Shooting</i>	20
Gambar 4.1 Grafik Tes <i>Shooting</i>	23

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Populasi Penelitian.....	16
Tabel 3.2 Norma Tes <i>Shooting</i>	18
Tabel 3.3 Frekuensi Tes <i>Shooting</i>	21
Tabel 4.1 Frekuensi Tes <i>Shooting</i>	22

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga adalah salah satu aspek yang tidak dapat dipisahkan dengan kehidupan manusia. Hal ini dikarenakan olahraga dapat meningkatkan kondisi fisik manusia baik jasmani maupun rohani, dan memberikan kesenangan serta dapat memberikan kesehatan bagi manusia dan juga sebagai sarana rekreasi. Menurut M. Sajoto (1995:1-5) dalam Irfan Dwi Saptiyanto (2015:1-2) bahwa ada 4 dasar tujuan manusia melakukan olahraga sekarang ini, yaitu : 1) untuk tujuan rekreasi, 2) untuk tujuan pendidikan, 3) untuk tujuan mencapai kesegaran jasmani, dan 4) untuk mencapai sasaran suatu prestasi tertentu.

Adhe Saputran Dkk (2018:1) mengatakan Sepak bola merupakan olahraga yang merakyat sekaligus menjadi gaya hidup. Aksi para bintang lapangan yang memukau, persaingan yang sengit, dan goal-goal spektakuler menjadi daya tarik bagi para penggemar bola. Permainan sepak bola boleh dibilang tergolong kegiatan olahraga yang sudah tua usianya, walaupun masih dalam bentuk yang sederhana akan tetapi sepak bola sudah dimainkan ribuan tahun yang lalu. Pengakuan asal mula ditemukannya permainan sepak bola terdapat diberbagai negara diantaranya Cina, Inggris, Jepang, Itali, Prancis, Yunani, Mesir dan lain-lain. Namun, sampai saat ini belum ada kesatuan pendapat dari mana dan siapa yang menciptakan permainan sepak bola.

Dalam permainan sepak bola ada beberapa teknik dasar yang perlu dikuasai pemain, yaitu mengoper bola (*passing*), menahan bola (*kontrol*), menggiring bola (*dribbling*), menendang bola (*shooting*), menyundul bola (*heading*), merebut bola

(*intercepting*), dan sebagainya. Jadi dalam hal ini, faktor terpenting untuk meningkatkan prestasi olahraga sepak bola, pemain harus bisa menguasai teknik dasar tersebut dengan baik.

Selain bisa menguasai teknik dasar, pemain juga dituntut untuk memiliki komponen unsur kondisi fisik yaitu kecepatan dan kelincahan. Kecepatan merupakan kemampuan untuk berpindah atau bergerak dari satu tempat ke tempat lain dalam waktu yang singkat/secepat-cepatnya, dan kelincahan adalah kemampuan seseorang untuk dapat mengubah posisi tubuhnya secara cepat tanpa adanya gangguan keseimbangan.

Penguasaan keterampilan teknik dasar bagi seorang pemain sepak bola sangat penting, karena sangat berkaitan dengan tujuan permainan sepak bola yaitu memasukkan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri dari serangan lawan. Tanpa penguasaan teknik dasar yang memadai maka tujuan permainan sepak bola cenderung tidak akan tercapai.

Begitupun dengan *shooting*, selain kecepatan dan kelincahan *shooting* juga sangat diperlukan dalam permainan sepak bola sebab tujuan dari sepak bola adalah untuk menciptakan goal sehingga dapat memenangkan pertandingan tersebut. Goal tersebut bisa tercipta lebih dominan dari *shooting* atau tendangan. Dalam hal ini, peneliti merasa perlu untuk melakukan **“Ketepatan Shooting Pada Pemain Sepak Bola SSB Garuda Usia 15 S/d 17 Tahun Desa Lumban Dolok Siabu Mandailing Natal”**.

Adapun hal-hal yang perlu diperhatikan dalam menendang bola (*shooting*) adalah sebagai berikut :

1. Posisikan bola tepat berada di depan tubuh yang langsung menghadap kesasaran.
2. Letakkan kaki kanan atau kiri di samping bola untuk dijadikan tumpuan dan jari-jari kaki menghadap ke arah sasaran.
3. Tarik kaki kanan atau kiri yang ingin digunakan untuk menendang, tarik ke arah belakang dan ayunkan ke depan dengan power yang kuat.
4. Saat tendangan dilesatkan, usahakan tubuh dalam posisi sedikit condong kearah depan.
5. Tendang di bagian tengah punggung bola dengan bagian punggung kaki yang searah dengan sasaran target.
6. Biarkan kaki mengayun ke depan saat melakukan tendangan ke arah sasaran.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan diatas, identifikasi masalah yang muncul adalah belum diketahuinya tingkat ketepatan *shooting* pada pemain sepak bola SSB Garuda usia 15 s/d 17 tahun Desa Lumban Dolok Siabu Mandailing Natal.

1.3 Batasan Masalah

Supaya adanya persepsi yang sama dalam menelaah penelitian ini, maka perlu diadakan pembatasan masalah. Adapun masalah yang harus dibatasi adalah ketepatan *shooting* pada pemain sepak bola SSB Garuda usia 15 s/d 17 tahun Desa Lumban Dolok Siabu Mandailing Natal.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan judul dalam penelitian ini, adapun rumusan masalahnya adalah ketepatan *shooting* pada pemain sepak bola SSB Garuda usia 15 s/d 17 tahun Desa Lumban Dolok Siabu Mandailing Natal.

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan dari masalah penelitian diatas maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui ketepatan *shooting* pada pemain sepak bola SSB Garuda usia 15 s/d 17 tahun Desa Lumban Dolok Siabu Mandailing Natal.

1.6 Manfaat Penelitian

Dalam penelitian ini diharapkan dapat membawa manfaat secara langsung maupun tidak langsung untuk dunia olahraga khususnya cabang olahraga sepak bola. Adapun manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a. Dapat mendorong semua pemain sepak bola khususnya pemain SSB Garuda usia 15 s/d 17 tahun untuk meningkatkan ketepatan *shooting* nya.
- b. Pelatih dan pemain dapat mengetahui bahwa ketepatan *shooting* sangat berpengaruh disaat bertanding.

BAB II

TUJUAN PUSTAKA

2.1 Kajian Teori

2.1.1 Defenisi Sepak Bola

Sepak bola adalah suatu permainan beregu yang dimainkan disebuah lapangan dengan jumlah pemain 11 orang dalam satu tim, sepak bola dimainkan dengan 2 babak dalam waktu 2x45 menit dan kemenangan ditentukan oleh selisih goal yang diciptakan dari setiap tim. Setiap pemain boleh memainkan bola dengan seluruh anggota badan kecuali tangan atau lengan. Hampir seluruh permainan dilakukan dengan keterampilan kaki, kecuali penjaga gawang dalam memainkan bola bebas menggunakan seluruh anggota badan. Dalam lapangan sepak bola terdapat dua gawang yang didirikan dengan berhadapan dan masing-masing gawang berada di tengah-tengah garis batas lebar lapangan. Kemudian permainan ini juga menggunakan sebuah bola yang bagian luarnya terbuat dari kulit dan di isi angin di dalamnya.

Sepak bola adalah olahraga yang memainkan bola dengan kaki. Tujuan utamanya dari permainan ini adalah untuk mencetak goal atau skor sebanyak-banyaknya yang tentunya harus dilakukan sesuai dengan ketentuan yang telah ditetapkan Salim (2008:10) dalam Adhe Saputra Dkk (2018:1). Menurut Sukatamsi (2001:21) dalam Najib Ardhi Pratomo (2016:9) seorang pemain sepak bola yang tidak menguasai kemampuan dasar keterampilan bermain sepak bola tidak akan menjadi pemain yang baik dan terkemuka.

Untuk ukuran lapangan sepak bola internasional standar FIFA sbb :

- Ukuran lapangan : panjang 100-110 meter x lebar 64-75 meter
- kotak pinalti : panjang 40 meter x lebar 16, 5 meter
- Lingkaran tengah : 9, 15 meter
- Jarak titik pinalti dari garis gawang : 11 meter
- Ukuran gawang : lebar 7, 3 meter x tinggi 2, 4 meter
- Ukuran area gawang : panjang 18, 32x lebar 5, 5 meter

2.1.2 Komponen

Menurut Izovska, Maly, & Zahalka (2016) dalam Ridho Bahtra (2022:125) *shooting* adalah salah satu keterampilan sepak bola berbasis bola yang paling mendasar. Pelaksanaannya dapat dibagi dari perspektif pergerakan bola yang ditendang menjadi tendangan dengan kecepatan tinggi dan dengan akurasi tendangan maksimal. Sedangkan menurut Sucipto dkk (2000:11) dalam Edo Dwi Nurcahyo (2017:2) *shooting* merupakan pola gerak dominan yang paling penting dalam permainan sepak bola. Berdasarkan beberapa penjelasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa penguasaan keterampilan teknik dasar *shooting* bagi seorang pemain sepak bola sangatlah penting.

Dalam permainan sepak bola terdapat beberapa jenis *shooting* diantaranya :

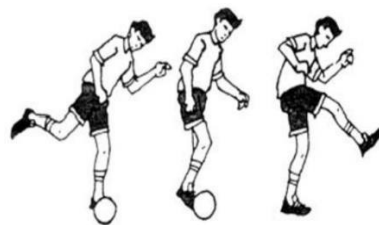
a. Shooting dengan punggung kaki

Shooting dengan punggung kaki adalah teknik menendang bola dimana perkenaan bola berada tepat dibagian punggung kaki (tempurung kaki) dan teknik *shooting* ini sudah menjadi andalan semua pemain sepak bola untuk membobol gawang lawan. Sukatamsi (1984 : 113) dalam Irfan Dwi Saptiyanto (2015 : 14) mengatakan kegunaan menendang bola dengan punggung kaki adalah :

1) untuk operan jarak pendek, 2) untuk operan jarak jauh, 3) untuk operan bawah (rendah), 4) untuk operan melambung atas (tinggi), 5) untuk tendangan keras kemulut gawang, 6) Untuk tendangan tepat kemulut gawang, 7) Untuk tendangan bola melengkung, 8) Untuk tendangan kombinasi dengan gerakan lain.

Berikut keterampilan *shooting* bola dengan punggung kaki menurut Samsudin (2019:12) :

- Berdiri dengan rileks/santai dan kaki dibuka selebar bahu.
- Letakkan bola di depan jari kaki kanan.
- Langkah kaki kanan ke belakang selangkah.
- Ayunkan kaki kanan ke depan bola.
- Perkenaan bola pada punggung kaki.
- Kaki kanan mendarat di depan badan.
- Pandangan mengikuti jalannya bola.



Gambar 2.1 *Shooting* Dengan Punggung Kaki

Sumber : Samsudin (2019:12)

b. *Shooting* dengan kaki bagian dalam

Shooting dengan kaki bagian dalam adalah teknik menendang bola dimana perkenaan bola berada tepat di bagian dalam kaki dan teknik ini biasanya digunakan untuk tendangan melengkung dan bisa juga untuk melakukan umpan terobosan atau umpan jauh. Sukatamsi (1984 : 123) dalam Irfan Dwi Saptiyanto (2015 : 15-16) mengatakan kegunaan menendang bola dengan kaki bagian dalam

adalah : 1) untuk operan jarak pendek, 2) untuk operan jarak jauh, 3) untuk operan bawah (rendah), 4) untuk operan melambung atas (tinggi), 5) untuk memasukkan bola tepat kemulut gawang, 6) untuk tendangan bola melengkung (*slice*), 7) untuk dikombinasikan ndengan gerakan lain.

Berikut keterampilan *shooting* bola dengan kaki bagian dalam menurut Samsudin (2019:5) :

- Berdiri dengan rileks/santai dan kaki dibuka selebar bahu.
- Letakkan bola di depan jari kaki kanan.
- Langkah kaki kanan ke belakang selangkah.
- Ayunkan kaki kanan ke depan bola.
- Perkenaan bola pada tengah-tengah kaki bagian dalam.
- Kaki kanan mendarat di depan kaki kiri.
- Pandangan mengikuti jalannya bola.



Gambar 2.2 *Shooting* Dengan Kaki Dalam

Sumber : Samsudin (2019:6)

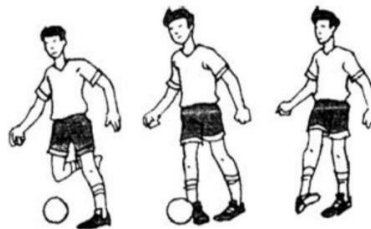
c. *Shooting* dengan kaki bagian luar

Shooting dengan kaki bagian luar adalah teknik menendang bola dimana perkenaan bola berada tepat dibagian luar kaki, teknik ini sama fungsinya dengan teknik menendang bola dengan kaki bagian dalam. Yulianto dan Budiyono (2021:2) dalam Syaifullah Al-Jannah Damanik (2023:31) mengatakan kegunaan menendang bola dengan kaki bagian luar adalah : 1) untuk operan jarak pendek, 2)

untuk operan jarak jauh, 3) untuk operan bawah (rendah), 4) untuk operan melambung atas (tinggi), 5) untuk tendangan keras ke mulut gawang 6) untuk tendangan tepat ke mulut gawang, 7) untuk tendangan bola melengkung (*slice*), 8) untuk tendangan kombinasi dengan gerakan lain.

Berikut keterampilan *shooting* bola dengan kaki bagian luar menurut Samsudin (2019:9) :

- Berdiri dengan rileks/santai dan kaki dibuka selebar bahu.
- Letakkan bola di depan jari kaki kanan.
- Langkah kaki kanan ke belakang selangkah.
- Ayunkan kaki kanan ke depan bola.
- Perkenaan bola pada tengah-tengah kaki bagian luar.
- Kaki kanan mendarat di depan kaki kiri.
- Pandangan mengikuti jalannya bola.



Gambar 2.3 : Shooting Dengan Kaki Luar

Sumber : Samsudin (2019 :9)

Namun dalam penelitian ini, peneliti hanya meneliti ketepatan *shooting dengan* menggunakan punggung kaki pada pemain sepak bola SSB Garuda usia 15 s/d 17 tahun Desa Lumban Dolok Siabu Mandailing Natal.

2.1.3 Latihan

Latihan sangat penting untuk dilakukan dalam meningkatkan performa atlet. Semua prestasi yang diraih seorang atlet itu tidak jauh dan tidak luput dari yang namanya latihan. Oleh karena itu, untuk suatu capaian prestasi harus di dasari dengan latihan.

a. Pengertian latihan

Menurut Sukadiyanto (2002:6) dalam Lois Arnandho (2017:11) pengertian latihan yang berasal dari kata *practice* adalah aktivitas untuk meningkatkan keterampilan (kemahiran) berolahraga dengan menggunakan berbagai peralatan sesuai dengan tujuan dan kebutuhan cabang olahraganya.

Sedangkan menurut Harsono (1988:101) dalam Irfan Agus Kurniawan (2019:22) berpendapat bahwa latihan sebagai proses sistematis dari berlatih atau bekerja yang dilakukan secara berulang-ulang dengan kian hari menambah jumlah beban latihan atau pekerjaannya.

b. Tujuan Latihan

Menurut Saputra (2000:5) dalam Irfan Agus Kurniawan (2019:24) berpendapat bahwa tujuan utama latihan adalah untuk mengembangkan keterampilan atau performa atlet, sedangkan tujuan umum latihan disamping memperhatikan tujuan faktor keselamatan (pencegahan cedera), mencakup pengembangan penyempurnaan : (1) fisik secara multilateral, (2) fisik secara khusus sesuai dengan tuntutan kebutuhan cabang olahraganya, (3) teknik cabang olahraganya, (4) taktik/strategi yang dibutuhkan, (5) kualitas kesiapan bertanding, (6) persiapan optimal olahraga beregu, (7) keadaan kesehatan atlet, (8) pengetahuan atlet tentang fisiologi, psikologi, rencana program, nutrisi, serta masa regenerasi.

Sedangkan menurut Sukadiyanto (2002:10) dalam Lois Arnandho (2017:12) mengatakan tujuan latihan yaitu : 1) Meningkatkan kualitas fisik dasar secara umum dan menyeluruh, 2) Mengembangkan dan meningkatkan potensi fisik yang khusus, 3) Menambah dan menyempurnakan teknik, 4) mengembangkan dan menyempurnakan strategi, 5) meningkatkan kualitas dan kemampuan psikis atlet dalam bertanding.

c. Prinsip Latihan

Prinsip latihan dalam kegiatan olahraga harus selalu diperhatikan untuk mendapatkan prestasi yang optimal. Setiap pelatih harus menerapkan prinsip-prinsip latihan supaya tidak ada kesenjangan dalam pencapaian prestasi atlet yang dibinanya. Kekurangan dalam pembinaan prinsip latihan dapat mengakibatkan tidak tercapainya prestasi yang optimal.

Menurut Sukadiyanto (2010:19) dalam Lois Arnandho (2017:23) prinsip latihan terbagi menjadi 12 macam yaitu :1) Prinsip Kesiapan, 2) Prinsip Individual, 3) Prinsip Adaptasi, 4) Prinsip beban lebih (*Overload*), 5) Prinsip beban bersifat progresif, 6) Prinsip Spesifikasi (kekhususan), 7) Prinsip latihan bervariasi, 8) Prinsip pemanasan dan pendinginan (*warming up dan cooling down*), 9) Prinsip periodisasi (latihan jangka panjang), 10) Prinsip berkebalikan (*reversibility*), 11) Prinsip beban moderat (tidak berlebihan), 12) Prinsip latihan sistematis.

2.1.4 Objek

Pada penelitian ini, menguji bagaimana ketepatan *shooting* pada pemain sepak bola SSB Garuda usia 15 s/d 17 tahun Desa Lumban Dolok Siabu Mandailing Natal. Dalam penelitian terdapat dua variabel, yang menjadi variabel bebas (*independent variable*) sebagai variabel X adalah ketepatan *shooting* dan yang

menjadi variabel terikat (*dependent variable*) sebagai variabel Y adalah pemain sepak bola SSB Garuda usia 15 s/d 17 tahun.

Penelitian ini dilakukan di SSB Garuda yang beralamat di Jl. Medan – Padang Desa Lumban Dolok, Kec. Siabu, Kab. Mandailing Natal, Sumatera Utara yang merupakan salah satu SSB terbaik dan cukup berprestasi di Kabupaten Mandailing Natal, Sumatera Utara.

2.2 Penelitian Yang Relevan

Dalam penelitian ini, penulis mengacu pada penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian yang akan dilaksanakan saat ini. Berikut ini beberapa hasil penelitian yang relevan yang dijadikan sebagai bahan telaah oleh peneliti.

- a. Abdul Harris Handoko (2018) yang berjudul “Analisis Kemampuan Teknik Dasar Pemain Sepak Bola SSB Deli Serdang United Kabupaten Deli Serdang”. Populasi dalam penelitian ini adalah Pemain SSB Deli Serdang United Kabupaten Deli Serdang yang berjumlah 110 orang. Metode penelitian ini adalah deskriptif kualitatif. Dari hasil Analisis Kemampuan Teknik Dasar Pemain SSB Deli Serdang United Kabupaten Deli Serdang, diketahui pemain dengan kriteria sangat kurang tidak ada, pemain dengan kriteria kurang berjumlah 3 orang (12,50%), pemain dengan kriteria sedang berjumlah 12 orang (50,00%), pemain dengan kriteria baik berjumlah 8 orang (33,33%), dan pemain dengan kriteria sangat baik berjumlah 1 orang (4,17%).

- b. Najib Ardhi Pratomo (2016) yang berjudul “Tingkat Keterampilan Teknik Dasar Sepak Bola Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepak Bola SMP N 2 Sewon Bantul Tahun 2016”. Populasi dalam penelitian ini adalah Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepak Bola SMP N 2 Sewon Bantul yang berjumlah 25 orang. Metode penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Dari hasil penelitian Tingkat Keterampilan Teknik Dasar Sepak Bola Siswa Peserta ekstrakurikuler Sepak Bola SMP N 2 Sewon Bantul, diketahui siswa dengan kriteria kurang sekali berjumlah 3 orang (12%), siswa dengan kriteria kurang berjumlah 4 orang (16%), siswa dengan kriteria cukup berjumlah 4 orang (16%), siswa dengan kriteria baik berjumlah 13 orang (52%), dan siswa dengan kriteria baik sekali berjumlah 1 orang (4%).
- c. Saepudin (2018) Yang Berjudul “Upaya Meningkatkan *Shooting* Bola Pada Permainan Sepak Bola Melalui Metode Bagian Pada Siswa Kelas XI IPS 1 SMA N 2 Tapung Kecamatan Tapung Kabupaten Kampar”. Populasi dalam penelitian ini adalah Siswa Kelas XI IPS 1 SMA N 2 Tapung Kecamatan Tapung Kabupaten Kampar yang berjumlah 35 orang. Metode penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (PTK). Dari hasil penelitian Upaya Meningkatkan *Shooting* Bola Pada Permainan Sepak Bola Melalui Metode Bagian Pada Siswa Kelas XI IPS 1 SMA N 2 Tapung Kecamatan Tapung Kabupaten Kampar, diketahui siswa dengan kategori sangat kompeten tidak ada, siswa dengan kategori kompeten berjumlah 14 orang (40%), siswa dengan kategori cukup kompeten berjumlah 21 orang (60%), siswa dengan kategori kurang kompeten tidak ada, dan siswa dengan kategori tidak kompeten juga tidak ada.

2.3 Kerangka Berpikir



Gambar 2.4 : kerangka berpikir

Shooting adalah salah satu keterampilan individu dalam permainan sepak bola dengan tujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan agar dapat memenangkan setiap pertandingan. Langkah perbuatan yang dimaksud berupa melakukan sebuah tendangan sederhana secara umum lebih keras dari sebuah operan dan mempunyai peluang untuk menghasilkan goal dimana kiper lawan tidak mampu menjangkau bola. *Shooting* merupakan salah satu komponen penting dalam sepak bola yang harus dilatihkan dengan harapan kualitas permainan individu dan tim untuk menciptakan peluang dan kesempatan menciptakan goal lebih besar.

Shooting dengan punggung kaki yaitu bagian yang sering digunakan untuk *shooting* ke gawang. Punggung kaki adalah bagian atas telapak kaki yaitu daerah tempat mengikat tali sepatu atau sering juga disebut dengan kura kura kaki penuh.

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Waktu dan Tempat Penelitian

3.1.1 Waktu Penelitian

Waktu yang digunakan peneliti untuk penelitian ini dilaksanakan sejak tanggal dikeluarkannya izin penelitian dalam kurun waktu kurang lebih 1 bulan. Seseuai dengan jadwal yang diberikan pihak fakultas.

3.1.2 Tempat Penelitian

Tempat penelitian ini dilakukan di SSB Garuda Jl. Medan-Padang Desa Lumban Dolok, Kec. Siabu, Kab. Mandailing Natal, Sumatera Utara.

3.2 Metode dan Jenis Penelitian

Metode dan jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah kuantitatif deskriptif yaitu penelitian yang mengetahui seberapa besar ketepatan *shooting* yang dimiliki oleh pemain yang dapat dinilai melalui angka sehingga dapat dikualifikasikan ke dalam beberapa kategori: baik sekali, baik, cukup, kurang, kurang sekali. Penelitian ini dimaksudkan untuk mengangkat fakta, keadaan, variabel, dan fenomena-fenomena yang terjadi sekarang (ketika penelitian berlangsung), dan menyajikan apa adanya.

3.3 Populasi dan Sampel

3.3.1 Populasi

Menurut Arikunto (2010:130) dalam Abdul Harris Handoko (2018:71) populasi adalah seluruh individu yang ditetapkan menjadi sumber data atau subjek penelitian. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 110 orang, yang rinciannya dapat dilihat pada tabel 3.1.

No	Usia	Jumlah
1	15 Tahun	40 Orang
2	16 Tahun	35 Orang
3	17 Tahun	35 Orang
Jumlah		110 Orang

Tabel 3.1 Populasi Penelitian

3.3.2 Sampel

Menurut Arikunto (2010:131) dalam Abdul Harris Handoko (2018:71) sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang diteliti. Mengenai besarnya sampel yang cukup untuk populasi. Arikunto (2010:134) dalam Abdul Harris Handoko (2018:71) mengatakan bahwa apabila subjek nya kurang dari 100, lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Selanjutnya jika subjek nya besar dapat diambil antara 10-20% atau 20-25% atau lebih. Jadi dalam penelitian ini, peneliti hanya mengambil sampel sebanyak 15 orang.

Cara yang digunakan untuk mengambil sampel yaitu sebagai berikut :

1. Pemain yang berjumlah 110 orang menulis namanya masing-masing di kertas kecil kemudian digulung
2. Semua kertas yang ditulis nama tersebut dimasukkan kedalam sebuah botol
3. Lalu botol tersebut dikocok sampe keluar 15 kertas nama
4. Pemain yang namanya keluar dari 15 kertas tersebut di jadikan sebagai sampel.

3.4 Defenisi Variabel

Menurut Arikunto (2010:116) dalam Abdul Harris Handoko (2018:71) variabel adalah gejala yang bervariasi yang menjadi objek penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian. Adapun variabel bebas penelitian ini adalah ketepatan *shooting* dan variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi, variabel terikat dalam penelitian ini adalah pemain sepak bola SSB Garuda usia 15 s/d 17 tahun.

3.5 Instrumen Penelitian

Untuk memperoleh data dalam penelitian ini dilakukan tes pada pemain sepak bola SSB Garuda usia 15 s/d 17 tahun Desa Lumban Dolok Siabu Mandailing Natal dengan jumlah 15 orang yang menjadi sampel sesuai dengan kebutuhan penelitian. Bentuk tes yang dilakukan dalam penelitian ini adalah tes ketepatan *shooting* menggunakan sasaran. Adapun alat-alat yang digunakan dalam penelitian ini adalah bola, *cone*, pluit, tali, jaring, buku catatan, pulpen, dan meteran.

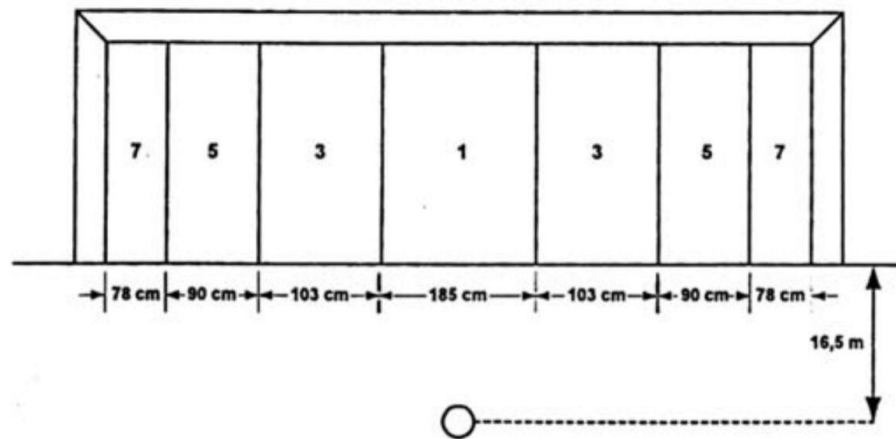
3.6 Teknik Pengumpulan Data

Menurut Abdul Harris Handoko (2018:72) data merupakan faktor yang penting. Karena dengan adanya analisis data dapat dilakukan dan selanjutnya dapat ditarik simpulan. Data penelitian dihimpun langsung melalui tes ketepatan *shooting* dengan menggunakan punggung kaki.

Petunjuk pelaksanaan :

- a. Pemain berdiri di belakang bola yang diletakkan pada sebuah titik yang berjarak 16,5 m di depan garis sasaran.
- b. Pemain diberi 2 kali kesempatan melakukan tendangan ke sasaran.

- c. Skor dari 2 kali kesempatan dijumlahkan dan dijadikan data penelitian.
- d. Bila bola hasil tendangan mengenai tali atau garis pemisah skor pada sasaran, maka diambil skor terbesar dari kedua sasaran tersebut.



Gambar 3.1 Tes Shooting Bola Kesasaran

Sumber : Nurhasan (2001:163) dalam Abdul Harris Handoko (20018:74)

No	Jumlah Nilai	Kriteria
1	12-14	Baik Sekali
2	9-11	Baik
3	6-8	Cukup
4	3-5	Kurang
5	0-2	Kurang Sekali

Tabel 3.2 Norma Tes *Shooting*

Sumber : Hasan Said (1977:17) dalam Hablisyah Putra (2016:4)

3.7 Teknik Analisis Gerak

Menurut Tri Maryatun (2015:12) keterampilan gerak adalah kemampuan untuk melakukan gerakan secara efisien dan efektif. Keterampilan gerak merupakan perwujudan dari kualitas koordinasi atas bagian-bagian yang terlibat dalam gerakan. Semakin kompleks pola gerak yang harus dilakukan semakin kompleks pula koordinasi dan kontrol tubuh yang harus dilakukan.

Menurut Sugiyanto (1993:13) dalam Tri Maryatun (2015:12) keterampilan *shooting* bola termasuk dalam gerak manipulatif karena dilakukan dengan memainkan suatu proyek baik yang dilakukan dengan menggunakan kaki. Hal ini bertujuan untuk dapat mencetak goal dan menjadi tujuan utama dalam sebuah permainan.



Gambar 3.2 Sikap Awal

Sumber : Dokumen Pribadi

Gambar diatas menunjukkan sikap awal pada saat pemain melakukan *shooting* ke gawang, terlihat pemain sudah melakukan sikap awalan yang benar. Lalu *shooting* dengan punggung kaki yaitu *shooting* lurus dengan dorongan berat tubuh.



Gambar 3.3 Sikap Awal *Shooting*

Sumber : Dokumen Pribadi

Gambar diatas menunjukkan seorang pemain yang sedang melakukan *shooting* dimana posisi tubuh nya sudah seimbang. Lalu menarik kaki ke belakang untuk memberi tekanan pada saat perkenaan bola pada kaki. Dan perkenaan bola pada kaki pemain tersebut sudah tepat yaitu pada punggung kaki.



Gambar 3.4 Sikap Akhir *Shooting*

Sumber : Dokumen Pribadi

Gambar diatas menunjukkan seorang pemain yang melakukan *shooting* dengan mengayunkan kaki. Dengan posisi tubuh yang sudah tepat dimana kaki kanan berada di depan dan pandangan mata mengikuti arah jalannya bola.

3.8 Teknik Analisis Data

Menurut Anas Sudijono (2012:40) dalam Abdul Harris Handoko (2018:74) frekuensi relatif atau tabel persentase dikatakan *frekuensi relatif* sebab frekuensi yang disajikan disini bukanlah frekuensi sebenarnya, melainkan frekuensi yang dituangkan dalam bentuk angka persen, sehingga untuk menghitung persentase responden digunakan rumus sebagai berikut :

$$P = \frac{F}{N} \times 100 \%$$

Keterangan :

P = Angka persentase

F = Frekuensi yang sedang dicari persentasenya

N = Jumlah frekuensi/banyaknya individu

No	Kelas Interval	Frekuensi		Kriteria
		F	P	
1	12-14	0	0,00	Baik Sekali
2	9-11	7	46,67	Baik
3	6-8	5	33,33	Cukup
4	3-5	3	20,00	Kurang
5	0-2	0	0,00	Kurang Sekali
Jumlah		15	100,00	

Tabel 3.3 Frekuensi Tes *Shooting*

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

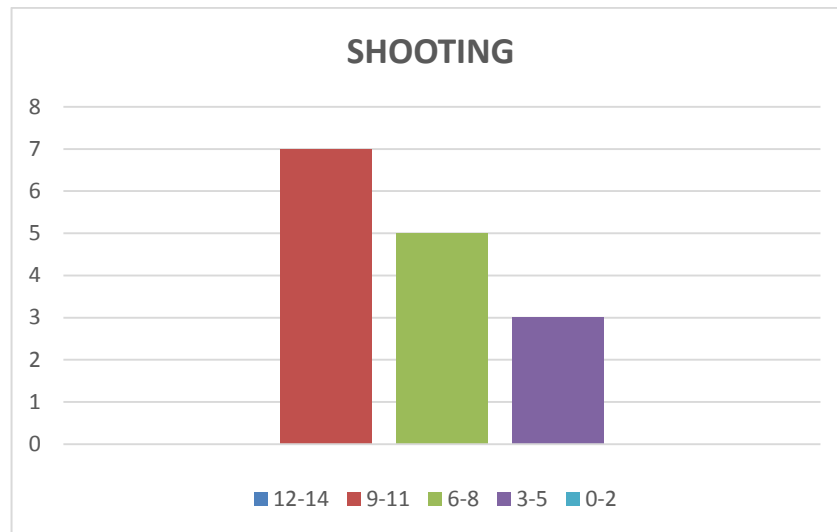
4.1 Hasil Penelitian

Berdasarkan dari data yang telah dikumpulkan sebelumnya, maka di dalam bab ini akan dilakukan analisis pembahasan yang diperoleh dalam penelitian ini. Hasil penelitian ini akan digambarkan sesuai dengan tujuan yang diajukan sebelumnya.

Berdasarkan tabel 4.1 hasil penelitian tes ketepatan *shooting* sepak bola dari 15 orang pemain SSB Garuda usia 15 s/d 17 tahun Desa Lumban Dolok Siabu Mandailing Natal, diketahui tidak ada yang mendapat kriteria baik sekali, 7 orang (46,67%) dengan kriteria baik, 5 orang (33,33%) dengan kriteria cukup, 3 orang (20,00%) dengan kriteria kurang, dan tidak ada dengan kriteria kurang sekali.

No	Kelas Interval	Frekuensi		Kriteria
		F	P	
1	12-14	0	0,00	Baik Sekali
2	9-11	7	46,67	Baik
3	6-8	5	33,33	Cukup
4	3-5	3	20,00	Kurang
5	0-2	0	0,00	Kurang Sekali
Jumlah		15	100,00	

Tabel 3.3 Frekuensi Tes *Shooting*



Gambar 4.1 Grafik Tes *Shooting*

4.2 Pembahasan

Sepak bola adalah suatu permainan beregu yang dimainkan disebuah lapangan dengan jumlah pemain 11 orang dalam satu tim, sepak bola dimainkan dengan 2 babak dalam waktu 2x45 menit dan kemenangan ditentukan oleh selisih goal yang diciptakan dari setiap tim. Setiap pemain boleh memainkan bola dengan seluruh anggota badan kecuali tangan atau lengan. Hampir seluruh permainan dilakukan dengan keterampilan kaki, kecuali penjaga gawang dalam memainkan bola bebas menggunakan seluruh anggota badan. Dalam lapangan sepak bola terdapat dua gawang yang didirikan dengan berhadapan dan masing-masing gawang berada di tengah-tengah garis batas lebar lapangan. Kemudian permainan ini juga menggunakan sebuah bola yang bagian luarnya terbuat dari kulit dan di isi angin di dalamnya.

Di dalam olahraga sepak bola suatu prestasi tidak dapat diperoleh dari suatu kondisi fisik dan kerja sama tim saja, namun juga harus di dukung oleh teknik dasar yang baik seperti teknik dasar *shooting* sebab tujuan dari bermain sepak bola ialah

untuk menciptakan goal sebanyak-banyak nya agar dapat memenangkan setiap pertandingan dan goal tersebut lebih dominan tercipta dari sebuah *shooting*.

Sucipto Dkk (2000:11) dalam Edo Dwi Nurcahyo (2017:29) menyatakan bahwa *shooting* merupakan pola gerak dominan yang paling penting dalam permainan sepak bola, sedangkan Tarigan (2001:58) dalam Edo Dwi Nurcahyo (2017:29) menyatakan bahwa sekitar 80% terjadinya goal berasal dari *shooting*.

Penelitian ini termasuk dalam penelitian kuantitatif deskriptif yaitu merupakan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui seberapa besar tingkat ketepatan *shooting* pada pemain sepak bola SSB Garuda usia 15 s/d 17 tahun Desa Lumban Dolok Siabu Mandailing Natal. Dalam pelaksanaan penelitian ini dilakukan *shooting* ke arah sasaran dengan 2 kali percobaan kemudian hasil dari 2 kali percobaan tersebut dijumlahkan dan dijadikan data penelitian. Akibat yang ada dalam penelitian ini dapat dilihat adanya hasil yang diperoleh dari pemain sepak bola SSB Garuda usia 15 s/d 17 tahun Desa Lumban Dolok Siabu Mandailing Natal.

Dari hasil ketepatan *shooting* pada pemain sepak bola SSB Garuda usia 15 s/d 17 tahun Desa Lumban Dolok Siabu Mandailing Natal, hasil data penelitian pada tes ketepatan *shooting* tersebut dari 15 orang sampel tidak ada yang masuk kedalam kriteria baik sekali, 7 orang (46,67%) dengan kriteria baik yaitu diantaranya Aditya Wahyudi (16 tahun) Winger, Nazli Husin (16 tahun) Straiker, Dizandra Gafili (17 tahun) Stoper, Eddi Supahmi Lubis (17 tahun) Winger, Ali Hidayat (17 tahun) Gelandang, Abdullah Yusuf (17 tahun) Gelandang, dan Andika Saputra (15 tahun) Gelandang, kemudian 5 orang (33,33%) dengan kriteria cukup yaitu diantaranya Muhammad Saleh (16 tahun) Gelandang, Wawan Reynaldi (16 tahun) Straiker, Yahya Habibi (16 tahun) Wing Back, Wendra (17 tahun) Stoper,

dan Khoirul Hamdi (15 tahun) Gelandang, kemudian 3 orang (20,00%) dengan kriteria kurang diantaranya yaitu Rifki Ashari (16 tahun) Wing Back, Rahmad Aidil Putra (16 tahun) Stoper, dan Habibi (15 tahun) Wing Back, dan tidak ada dengan kriteria kurang sekali.

Melihat dari hasil data penelitian dan prestasi yang diterima oleh pemain SSB Garuda usia 15 s/d 17 tahun Desa Lumban Dolok Siabu Mandailing Natal semua itu tidak terlepas dari tingkat kemauan dari setiap pemain untuk berlatih dan juga dipengaruhi dengan keadaan lapangan yang ada tersebut. Adapun kondisi lapangan SSB Garuda usia 15 s/d 17 tahun Desa Lumban Dolok Siabu Mandailing natal bisa dikatakan layak untuk digunakan dalam pertandingan sepak bola, lapangan sepak bola di SSB Garuda ada 1 lapangan yang terletak di Desa Lumban Dolok Kec. Siabu, Kab. Mandailing Natal. Dari hasil penelitian ini diharapkan pelatih membuat program latihan yang mengkhususkan untuk meningkatkan teknik dasar *shooting* agar ketepatan *shooting* pemain dapat meningkat.

Secara teori hasil penelitian ini memberikan masukan bahwa prestasi merupakan capaian akhir yang yang dicapai oleh setiap pemain yang berupa juara dalam suatu turnamen. Namun kita harus tahu bahwa teknik dasar *shooting* yang baik dapat mempengaruhi prestasi yang diperoleh atau dihasilkan, tanpa adanya teknik dasar *shooting* yang baik maka kecil kemungkinan suatu prestasi yang tinggi akan dicapai.

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan data yang diperoleh, diketahui bahwa pemain sepak bola SSB Garuda usia 15 s/d 17 tahun Desa Lumban Dolok Siabu Mandailing Natal dari 15 orang sampel yaitu tidak ada yang masuk kedalam kriteria baik sekali, 7 orang (46,67%) dengan kriteria baik, 5 orang (33,33%) dengan kriteria cukup, 3 orang (20,00%) dengan kriteria kurang, dan tidak ada dengan kriteria kurang sekali.

Jadi, dari hasil data yang diperoleh tersebut dapat disimpulkan bahwa ketepatan *shooting* pemain sepak bola SSB Garuda usia 15 s/d 17 tahun Desa Lumban Dolok Siabu Mandailing Natal dari 15 orang sampel tersebut masih lebih banyak yang masuk ke dalam kategori baik.

5.2 Saran

Dari hasil penelitian , maka saran yang dapat disampaikan yaitu :

1. Diharapkan pelatih memberikan program latihan yang dapat meningkatkan ketepatan *shooting* sepak bola pemain SSB Garuda usia 15 s/d 17 tahun Desa Lumban Dolok Siabu Mandailing Natal.
2. Diharapkan kepada pengurus SSB Garuda usia 15 s/d 17 tahun tahun Desa Lumban Dolok Siabu Mandailing Natal agar menambah hari latihan
3. Untuk semua pemain SSB Garuda usia 15 s/d 17 tahun desa Lumban Dolok Siabu Mandailing Natal juga diharapkan agar lebih giat berlatih dan membuat latihan tambahan diluar jadwal latihan.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul. H. H. (2018). *Analisis Kemampuan Teknik Dasar Permainan Sepak Bola SSB Deli Serdang United Kabupaten Deli Serdang*. Skripsi. Tidak diterbitkan .Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK). Universitas Negeri Medan.
- Adhe. S Dkk. (2018). *Sepak Bola*. Jambi : Salim Media Indonesia.
- Dwi. H. (2013). *Tingkat Keterampilan Dribling, Passing, Shooting Siswa SSB Perseka Usia 10-12 Tahun Kecamatan Karanganyar Kabupaten Kebumen*. Skripsi. Tidak diterbitkan. Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK). Universitas Negeri Yogyakarta. Yogyakarta.
- Edo. D. N. (2017). *Pengembangan Variasi Shooting Dalam Sepak Bola Untuk Usia 14-15 Tahun*. Skripsi. Tidak diterbitkan. Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK). Universitas Negeri Yogyakarta. Yogyakarta.
- Hablisyah P. (2016). *Perbedaan Pengaruh Latihan Pressure Shooting Drill Dan Latihan Shooting After Receiving Terhadap Hasil Shooting Atlet Usia15-17 Tahun Sekolah Sepak Bola Agtagana Fc Perbaungan*. Skripsi. Tidak diterbitkan. Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK). Universitas Negeri Medan. Medan.
- Irfan. A. K. (2019). *Pengaruh Latihan Basic Movement Terhadap Kelincahan Atlet Bulu Tangkis*. Skripsi. Tidak diterbitkan. Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK). Universitas Negeri Yogyakarta. Yogyakarta.
- Irfan. D. S. (2015). *Pengaruh Latihan Tendangan Menggunakan Kaki Dalam danPunggung Kaki Penuh Terhadap Ketepatan Shooting Ke*

- Gawang. Skripsi. Tidak diterbitkan. Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK). Universitas Negeri Semarang. Semarang.
- Lois A. (2017). *Pemahaman Pelatih Tentang Prinsip-Prinsip Dasar Latihan Sepak Bola Di Kabupaten Bantul*. Skripsi. Tidak diterbitkan. Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK). Universitas Negeri Yogyakarta. Yogyakarta.
- Najib. A. P (2016). *Tingkat Keterampilan Teknik Dasar Sepak Bola Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepak Bola Smp Negeri 2 Sewon Bantul Tahun 2016*. Skripsi. Tidak diterbitkan. Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK). Universitas Negeri Yogyakarta. Yogyakarta.
- Ridho. B. (2022). *Buku Ajar Permainan Sepak Bola*. Padang: SUKABINA Press.
- Saepudin (2018). *Upaya Meningkatkan Shooting Bola Pada Permainan Sepak Bola Melalui Metode Bagian Pada Siswa Kelas XI IPS 1 SMA N 2 Tapung Kecamatan Tapung Kabupaten Kampar*. Skripsi. Tidak diterbitkan. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP). Universitas Islam Riau. Pekanbaru.
- Samsudin. (2019). *Model Pembelajaran Sepak Bola*. Jakarta. Universitas Negeri Jakarta (UNJ).
- Syaifullah. A. D. (2023). *Perbedaan Tendangan Kaki Bagian Luar, Dalam, dan Punggung Kaki Penuh Terhadap Ketepatan Shooting Ke Gawang*. Skripsi. Tidak diterbitkan. Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan. Universitas Negeri Yogyakarta. Yogyakarta.
- Tri. M. (2015). *Keterampilan Shooting Dalam Permainan Sepak Bola Siswa Kelas IV dan V SD Muhammadiyah Kragan Kecamatan Tempel*

Kabupaten Sleman. Skripsi. Tidak diterbitkan. Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK). Universitas Negeri Yogyakarta. Yogyakarta.

L

A

M

P

I

R

A

N

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian

 KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS JAMBI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
Kampus Pinang Masak Jalan Raya Jambi – Ma. Bulian, KM. 15, Mendalo Indah, Jambi
Kode Pos. 36361, Telp. (0741)583453 Laman. www.fkip.unja.ac.id Email. fkip@unja.ac.id

Nomor : 4802/UN21.3/PT.01.04/2023
Hal : **Permohonan Izin Penelitian** 28 November 2023

Yth. Pelatih Club SSB Garuda

Di
Tempat

Dengan hormat,
Dengan ini diberitahukan kepada Saudara, bahwa mahasiswa kami atas nama

Nama : **Ahmad Zaki**
NIM : **KIA220005**
Program Studi : **Kepelatihan Olahraga**
Jurusan : **Pendidikan Olahraga dan Kepelatihan**
Dosen Pembimbing Skripsi : 1. Adhe Saputra, S.Pd., M.Pd
2. Bangkit Yudho Prabowo, M.Or

akan melaksanakan penelitian guna penyusunan Skripsi yang berjudul:
“Analisis Ketepatan Shooting dalam Permainan Sepakbola Pemain SSB Garuda Usia 15 s.d 17 tahun Desa Lumban Dolok Siabu Mandailing Natal”

Berkenaan dengan hal tersebut mohon kiranya mahasiswa yang bersangkutan dapat diizinkan melakukan penelitian ditempat yang Saudara pimpin dari tanggal **15 s.d 29 Desember 2023**

Demikian atas bantuan dan kerjasamanya di ucapkan terima kasih

Wakil Dekan BAKSI,


Delfa Sartika, S.S., M.ITS., Ph.D
NIP.198410232005012002

Lampiran 2. Formulir Tes Ketepatan Shooting

FORMULIR TES KETEPATAN SHOOTING

Nama : Muhammad Saleh Posisi : Gelandang

Alamat : Lumban Dolok Tanggal Tes : 7 Januari 2024

Umur : 17 Tahun Tempat Tes : Lapangan Sepak Bola SSB Garuda

No	Jenis Tes	Shooting		Jumlah	Kriteria
		P1	P2		
1	Shooting	5	1	6	Cukup

FORMULIR TES KETEPATAN SHOOTING

Nama : Wawan Reynaldi Posisi : Straiker

Alamat : Lumban Dolok Tanggal Tes : 7 Januari 2024

Umur : 16 Tahun Tempat Tes : Lapangan Sepak Bola SSB Garuda

No	Jenis Tes	Shooting		Jumlah	Kriteria
		P1	P2		
1	Shooting	1	5	6	Cukup

FORMULIR TES KETEPATAN SHOOTING

Nama : Aditya Wahyudi Posisi : Winger

Alamat : Lumban Dolok Tanggal Tes : 7 Januari 2024

Umur : 16 Tahun Tempat Tes : Lapangan Sepak Bola SSB Garuda

No	Jenis Tes	Shooting		Jumlah	Kriteria
		P1	P2		
1	Shooting	3	7	10	Baik

FORMULIR TES KETEPATAN SHOOTING

Nama : Yahya Habibi Posisi : Wing Back
Alamat : Lumban Dolok Tanggal Tes : 7 Januari 2024
Umur : 16 Tahun Tempat Tes : Lapangan Sepak Bola SSB Garuda

No	Jenis Tes	Shooting		Jumlah	Kriteria
		P1	P2		
1	Shooting	5	3	8	Cukup

FORMULIR TES KETEPATAN SHOOTING

Nama : Rifki Ashari Posisi : Wing Back
Alamat : Lumban Dolok Tanggal Tes : 7 Januari 2024
Umur : 16 Tahun Tempat Tes : Lapangan Sepak Bola SSB Garuda

No	Jenis Tes	Shooting		Jumlah	Kriteria
		P1	P2		
1	Shooting	3	1	4	Kurang

FORMULIR TES KETEPATAN SHOOTING

Nama : Rahmad Aidil Putra Posisi : Stoper
Alamat : Lumban Dolok Tanggal Tes : 7 Januari 2024
Umur : 16 Tahun Tempat Tes : Lapangan Sepak Bola SSB Garuda

No	Jenis Tes	Shooting		Jumlah	Kriteria
		P1	P2		
1	Shooting	3	1	4	Kurang

FORMULIR TES KETEPATAN SHOOTING

Nama : Nazli Husin

Posisi : Straiker

Alamat : Lumban Dolok

Tanggal Tes : 7 Januari 2024

Umur : 16 Tahun

Tempat Tes : Lapangan Sepak Bola SSB Garuda

No	Jenis Tes	Shooting		Jumlah	Kriteria
		P1	P2		
1	Shooting	3	7	10	Baik

FORMULIR TES KETEPATAN SHOOTING

Nama : Dizandra Gafili

Posisi : Stoper

Alamat : Huta Baringin

Tanggal Tes : 7 Januari 2024

Umur : 17 Tahun

Tempat Tes : Lapangan Sepak Bola SSB Garuda

No	Jenis Tes	Shooting		Jumlah	Kriteria
		P1	P2		
1	Shooting	3	7	10	Baik

FORMULIR TES KETEPATAN SHOOTING

Nama : Eddi Supahmi Lubis

Posisi : Winger

Alamat : Lumban Dolok

Tanggal Tes : 7 Januari 2024

Umur : 17 Tahun

Tempat Tes : Lapangan Sepak Bola SSB Garuda

No	Jenis Tes	Shooting		Jumlah	Kriteria
		P1	P2		
1	Shooting	3	7	10	Baik

FORMULIR TES KETEPATAN SHOOTING

Nama : Ali Hidayat Posisi : Gelandang
Alamat : Lumban Dolok Tanggal Tes : 7 Januari 2024
Umur : 17 Tahun Tempat Tes : Lapangan Sepak Bola SSB Garuda

No	Jenis Tes	Shooting		Jumlah	Kriteria
		P1	P2		
1	Shooting	5	5	10	Baik

FORMULIR TES KETEPATAN SHOOTING

Nama : Wendra Posisi : Stoper
Alamat : Lumban Dolok Tanggal Tes : 14 Januari 2024
Umur : 17 Tahun Tempat Tes : Lapangan Sepak Bola SSB Garuda

No	Jenis Tes	Shooting		Jumlah	Kriteria
		P1	P2		
1	Shooting	3	5	8	Cukup

FORMULIR TES KETEPATAN SHOOTING

Nama : Abdullah Yusuf Posisi : Gelandang
Alamat : Lumban Dolok Tanggal Tes : 14 Januari 2024
Umur : 17 Tahun Tempat Tes : Lapangan Sepak Bola SSB Garuda

No	Jenis Tes	Shooting		Jumlah	Kriteria
		P1	P2		
1	Shooting	3	7	10	Baik

FORMULIR TES KETEPATAN SHOOTING

Nama : Andika Saputra Posisi : Gelandang
Alamat : Lumban Dolok Tanggal Tes : 14 Januari 2024
Umur : 15 Tahun Tempat Tes : Lapangan Sepak Bola SSB Garuda

No	Jenis Tes	Shooting		Jumlah	Kriteria
		P1	P2		
1	Shooting	7	3	10	Baik

FORMULIR TES KETEPATAN SHOOTING

Nama : Khoirul Hamdi Posisi : Gelandang
Alamat : Lumban Dolok Tanggal Tes : 14 Januari 2024
Umur : 15 Tahun Tempat Tes : Lapangan Sepak Bola SSB Garuda

No	Jenis Tes	Shooting		Jumlah	Kriteria
		P1	P2		
1	Shooting	3	5	8	Cukup

FORMULIR TES KETEPATAN SHOOTING

Na ma : Habibi Posisi : Wing Back
Alamat : Lumban Dolok Tanggal Tes : 14 Januari 2024
Umur : 15 Tahun Tempat Tes : Lapangan Sepak Bola SSB Garuda

No	Jenis Tes	Shooting		Jumlah	Kriteria
		P1	P2		
1	Shooting	1	3	4	Kurang

Lampiran 3. Hasil Tes Ketepatan Shooting

HASIL TES KETEPATAN SHOOTING

No	Nama	Shooting		Jumlah	Kriteria
		P1	P2		
1	Muhammad Saleh	5	1	6	Cukup
2	Wawan Reynaldi	1	5	6	Cukup
3	Aditya Wahyudi	3	7	10	Baik
4	Yahya Habibi	5	3	8	Cukup
5	Rifki Ashari	3	1	4	Kurang
6	Rahmad Aidil Putra	3	1	4	Kurang
7	Nazli Husin	3	7	10	Baik
8	Dizandra Gafili	3	7	10	Baik
9	Eddi Supami Lubis	3	7	10	Baik
10	Ali Hidayat	5	5	10	Baik
11	Wendra	3	5	8	Cukup
12	Abdullah Yusuf	3	7	10	Baik
13	Andika Saputra	7	3	10	Baik
14	Khoirul Hamdi	3	5	8	Cukup
15	Habibi	1	3	4	Kurang

Kriteria	Frekuensi	Persentase
Baik Sekali	0	0,00%
Baik	7	46,67%
Cukup	5	33,33%
Kurang	3	20,00%
Kurang Sekali	0	0,00%
Total	15	100,00%

Lampiran 4. Daftar Nama Petugas Pembantu Penelitian

DAFTAR NAMA PETUGAS PEMBANTU PENELITIAN

No	Nama	Tugas	Keterangan
1	Adi Suhman	Pengawas	Pelatih SSB Garuda
2	Akhiruddin Latif	Pengawas	Asisten Pelatih SSB Garuda
3	Rival Winaldi	Pencatat Hasil	Senior SSB Garuda
4	Indra Gunawan	Dokumentasi	Senior SSB Garuda

Lampiran 5. Dokumentasi

DOKUMENTASI

Gambar 1



Foto Sampel

Gambar 2



Penyampaian Materi

Gambar 3



Gambar 4



Pemanasan

Gambar 5



Gambar 6



Gambar 7



Gambar 8



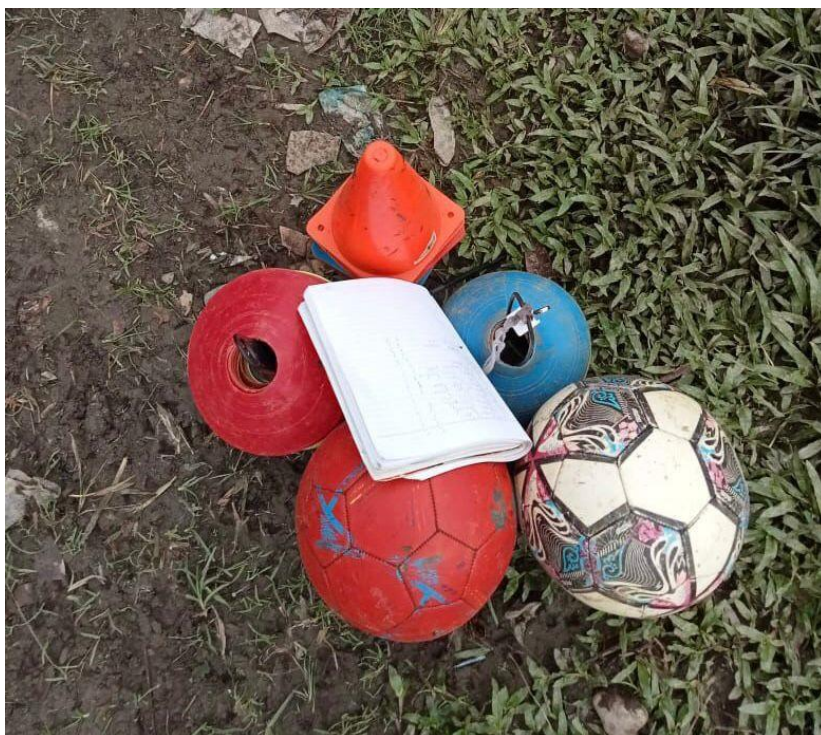
Pelaksanaan Tes *Shooting*

Gambar 9



Sasaran

Gambar 10



Alat-Alat