

Bayu Virdian Adi
Sasongko_ANALISIS
KETERAMPILAN SHOOTING
ATLET SSB PETA NGINO,
PLEMAHAN, KEDIRI, JAWA
TIMUR TAHUN 2023

by Turnitin 5

Submission date: 29-Dec-2023 02:38PM (UTC+0700)

Submission ID: 2265444553

File name: skripsi_bayu_Virdian.docx (1,016.81K)

Word count: 8091

Character count: 51952

15
BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sepak bola merupakan olahraga tim yang bertujuan untuk mencetak sebanyak mungkin gol ke gawang lawan sambil menjaga agar gawang sendiri tetap aman dari kebobolan. Olahraga tidak lagi hanya berfungsi sebagai hiburan atau sebagai sarana untuk mengembangkan hobi semata, namun telah berkembang menjadi suatu kompetisi yang menuntut pencapaian prestasi. Prestasi yang signifikan dalam sepak bola memerlukan proses latihan yang terstruktur dan berkelanjutan. Pencapaian yang memuaskan tidak dapat dicapai dengan cara instan, melainkan melalui pembangunan bertahap dari usia dini, remaja, junior, hingga mencapai tingkat senior. Melalui tahapan ini, pemain sepak bola dapat mengembangkan keterampilan dasar yang solid untuk mendukung penampilannya di lapangan. Selain keterampilan yang dikuasai oleh pemain harus solid, peran kondisi fisik juga diperlukan dalam mengembangkan kualitas pemain sepakbola. Seseorang pemain harus memiliki kondisi fisik yang mendukung. Kekuatan dan stamina yang besar diperlukan oleh pemain sepak bola untuk dapat bergerak, berlari, menyundul, dan menendang bola dengan maksimal, baik dalam usaha mencetak gol maupun menghadang serangan lawan demi meraih kemenangan.

Hal diatas tidak serta merta didapatkan pemain karena pengembangan diri, namun dibutuhkan suatu pendampingan dari pelatih untuk meningkatkan kualitas seorang pemain. Pelatih memiliki tanggung jawab besar dalam mengajarkan prinsip-prinsip kehidupan yang benar, seperti integritas, *fair play*, ketekunan, dan disiplin, karena bermain sepak bola melibatkan berbagai tujuan khusus. Latihan sepak bola bertujuan meningkatkan penguasaan keterampilan teknis dalam situasi

permainan, melatih dan menerapkan taktik atau strategi tertentu, mengembangkan kerja sama tim, dan meningkatkan kualitas fisik pemain secara keseluruhan. Pada prinsipnya kondisi fisik pada atlet memiliki kontribusi yang besar dalam penguasaan keterampilan dasar pada pemain.

Penelitian ini akan mengkaji tentang pentingnya keterampilan ¹ dasar yang harus dikuasai seorang pemain. Keterampilan dasar dalam permainan sepakbola memiliki beberapa macam dan harus dikuasai seorang pemain agar dapat menunjukkan sebuah permainan yang berkualitas. Keterampilan dasar sangat penting dalam sepak bola karena memainkan peran kunci dalam menjalankan taktik dan strategi tim. Dengan kemampuan menguasai bola, pemain dapat membuat keputusan cepat dan tepat di lapangan. Keterampilan dasar juga diperlukan untuk mencetak gol dan menghentikan serangan lawan, serta mendukung kerja sama tim. Respons cepat terhadap perubahan situasi permainan, mengurangi kesalahan, dan meningkatkan prestasi individu dan tim juga merupakan hasil dari penguasaan keterampilan dasar yang solid. Oleh karena itu, fondasi yang kuat dalam keterampilan dasar merupakan landasan penting untuk pengembangan kemampuan lebih lanjut dalam sepak bola.

Melihat fenomena yang terjadi pada dunia sepakbola, kini telah memiliki perkembangan yang dapat digambarkan pada banyaknya Sekolah Sepakbola (SSB) di daerah. Artinya dengan adanya SSB di daerah-daerah dapat memberikan sedikit gambaran bahwa pembinaan sepakbola dilakukan sejak dini. SSB merupakan fenomena yang umum di berbagai daerah, mencerminkan peningkatan minat masyarakat terhadap sepak bola dan kesadaran akan pentingnya pembinaan bakat sejak usia dini. SSB fokus pada pembinaan bakat usia dini melalui pelatihan

teknis dan taktis. Partisipasi dalam kompetisi lokal dan nasional, kerjasama dengan klub sepak bola profesional, dan pemberdayaan ekonomi lokal menjadi aspek penting fenomena ini. Selain itu, SSB menekankan pendidikan, etika, dan nilai-nilai positif dalam pembinaan pemain, sambil menghadapi tantangan seperti kompetisi ketat dan tekanan pada pemain muda. Dengan dinamika kompleks ini, manajemen dan pengembangan SSB perlu dikelola dengan bijak untuk memberikan kontribusi positif bagi perkembangan sepak bola dan pemain muda di daerah.

Fenomena di atas menjadi dasar penelitian ini dimana kajian tentang sepakbola khususnya di SSB masih cukup kompleks. Meskipun banyak penelitian-penelitian yang dilakukan memberikan kontribusi positif dalam perkembangan sepakbola di Indonesia, namun masih memiliki celah kecil permasalahan yang bahkan sampai sekarang belum terselesaikan. Penelitian ini memberi kajian tentang keterampilan dasar shooting pada siswa SSB. Hal ini memberikan dasar penelitian bahwa keterampilan ¹ shooting merupakan teknik yang harus dikuasai oleh seorang pemain. Namun beberapa penelitian masih memberikan gambaran bahwa kemampuan shooting pada siswa SSB masih dalam kategori kurang (Hartian et al., 2022; Lamungga et al., 2020; Muhammad Rizqon Naufal et al., 2022). Hasil penelitian ini menjadi permasalahan tersendiri bagi SSB dimana yang seharusnya memberikan pembinaan keterampilan sepakbola masih dapat dikatakan belum tercapai.

Shooting dalam sepakbola merupakan aksi melepaskan ¹ bola ke arah gawang lawan untuk mencetak gol. Aspek penting ini melibatkan teknik menendang dengan pemilihan bagian kaki, akurasi, kekuatan, dan kecepatan. Pemain yang

memperoleh variasi tembakan seperti melengkung, voli, dan jarak jauh dapat menjadi lebih efektif. Aspek mental, termasuk keberanian dan ketenangan, juga memainkan peran penting. Latihan rutin, termasuk situasi permainan yang beragam, dan kombinasi dengan teknik lain seperti *dribbling* dan umpan, diperlukan untuk meningkatkan kemampuan shooting. Peningkatan keterampilan ini memerlukan latihan berkelanjutan dan pengembangan aspek teknis serta mental pemain. Berdasar dari penjelasan ini shooting adalah salah satu cara yang banyak dilakukan pemain untuk mendapatkan gol yang bertujuan untuk meraih kemenangan.

Berdasar pada observasi lapangan, peneliti telah mengamati pertandingan-pertandingan antar SSB di Kediri Jawa Timur. Teknik yang efektif untuk menghasilkan gol adalah shooting. Namun dalam pengamatan peneliti menemukan beberapa permasalahan dalam keterampilan *shooting* tersebut. Permasalahan yang pertama ditemukan peneliti adalah atlet mengalami kesulitan *shooting* pada saat pertandingan. Mengingat keterampilan *shooting* ini membutuhkan teknik menendang, posisi tubuh, kontrol bola, kondisi mental, pandangan lapangan, kemampuan beradaptasi, latihan rutin, faktor fisik, dan variasi tembakan, memiliki peran penting dalam keberhasilan pemain dalam mencetak gol. Pengembangan holistik melalui latihan terstruktur dan perhatian terhadap aspek teknis, mental, dan fisik membantu pemain meningkatkan kemampuan *shooting* mereka, menjadikan mereka lebih efektif dalam bermain sepakbola. Atlet masih belum memperhatikan aspek-aspek tersebut pada saat melakukan *shooting*.

Permasalahan yang kedua adalah atlet masih melakukan *shooting*

melenceng dari sasaran. Hal ini menjadikan efektifitas *shooting* menurun, karena setiap melakukan *shooting* tidak menghasilkan gol. Bahkan pada saat pengamatan masih banyak atlet SSB yang melakukan *shooting* jauh dari sasaran, sehingga peluang yang seharusnya menjadi gol terbang percuma. Permasalahan yang ketiga adalah perkenaan kaki dengan bola saat melakukan *shooting*. Peneliti menemukan banyak atlet yang masih melakukan *shooting* dengan perkenaan tidak mutlak pada punggung kaki. Perkenaan punggung kaki dengan bola pada gerakan *shooting* memberikan hasil *shooting* tersebut keras. Namun dalam kenyataan masih banyak atlet yang melakukan *shooting* dengan lemah karena perkenaan bola tidak mutlak pada punggung kaki.

Berdasar pada permasalahan yang ditemukan peneliti pada pengamatan, maka penelitian ini mengkaji tentang keterampilan *shooting*. Alasan dasar peneliti mengkaji tentang *shooting* adalah keterampilan yang sering digunakan untuk menghasilkan gol adalah *shooting*. Sehingga atlet sebaiknya diberikan latihan *shooting* setelah diberikan teknik *passing*. Maka dalam penelitian ini akan mengkaji tentang analisis keterampilan *shooting* pada atlet SSB Peta Tahun 2023.

B. Identifikasi Masalah Penelitian

Penelitian ini mencari permasalahan yang berasal dari konteks latar belakang, sehingga pengidentifikasian masalahnya dapat dirinci sebagai berikut.:

1. Atlet mengalami kesulitan *shooting* pada saat pertandingan karena tidak memperhatikan aspek-aspek yang dapat mempengaruhi hasil shooting.
2. Atlet masih melakukan *shooting* melenceng dari sasaran gawang, sehingga peluang untuk mencetak gol semakin sedikit.
3. Masih banyak Atlet yang melakukan *shooting* dengan lemah karena

perkenaan bola tidak mutlak pada punggung kaki. Perkenaan punggung kaki dengan bola pada gerakan shooting memberikan hasil *shooting* tersebut keras.

C. Pembatasan Masalah Penelitian

Setelah mengidentifikasi permasalahan, penelitian ini akan membatasi ruang lingkup masalahnya pada Keterampilan *shooting* para atlet SSB Peta Kabupaten Kediri tahun 2023.

9

D. Rumusan Masalah Penelitian

Rumusan yang diajukan dalam penelitian ini berdasar pada identifikasi permasalahan dan batasan masalah. Sehingga pada penelitian ini mengajukan rumusan masalah: Bagaimana analisis keterampilan shooting atlet SSB Peta Kabupaten Kediri Tahun 2023?

1

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian yang diambil adalah untuk mengetahui bagaimana analisis keterampilan shooting atlet SSB Peta Kabupaten Kediri Tahun 2023.

1

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat secara teoristis

Melalui penelitian ini diharapkan memberikan pengetahuan tentang keterampilan shooting pada permainan sepakbola, sehingga dapat diberikan gambaran secara teori tentang teknik-teknik permainan sepakbola.

38

2. Manfaat secara praktis

Secara praktis penelitian ini diharapkan memberikan manfaat pada SSB Peta khususnya dalam melakukan tes pengukuran tentang shooting, sehingga dapat dijadikan sebagai dasar evaluasi dan perencanaan program latihan.

1 BAB II KAJIAN TEORI

A. KAJIAN TEORI

1. Hakikat Sepak Bola

a. Sejarah Sepak Bola

Sejarah sepak bola dimulai pada abad ke-2 dan ke-3 sebelum masehi di Tiongkok, dengan bentuk awal permainan yang disebut Tsu Chu, di mana masyarakat membawa bola kulit dan menendangnya ke gawang. Istilah "sepak" berasal dari tindakan menendang, sementara "bola" merujuk pada objek bulat yang digunakan untuk berolahraga. Perkembangan sepak bola modern dimulai di Inggris pada abad pertengahan ke-19, di mana peraturan-peraturan sepak bola mulai ditetapkan. Pada tahun 1904, terbentuk asosiasi tertinggi sepak bola dunia dengan nama FIFA (Federation Internationale De Football Association). FIFA, yang dibentuk pada 21 Mei 1904, memiliki slogan "For The Game, For The World" dan berkantor pusat di Zurich, Swiss (Information, 2023).

FIFA, sebagai badan tertinggi internasional dalam mengatur kebijakan sepak bola, memiliki peran penting dalam mengatur transfer pemain antar tim, menerbitkan daftar peringkat dunia FIFA, memberikan penghargaan kepada pemain terbaik, serta menyelenggarakan turnamen Piala Dunia Sepak Bola, baik untuk kategori pria maupun wanita. Sejarah berdirinya sepak bola di Indonesia dimulai pada tahun 1914, ketika Indonesia masih berada di bawah pemerintahan Hindia Belanda. Pada masa tersebut, kompetisi sepak bola antar kota di Jawa melibatkan dua tim utama, yaitu Batavia City dan Soerabaja City. Perkembangan sepak

bola Indonesia dimulai dengan pembentukan PSSI (Persatuan Sepakbola Seluruh Indonesia) pada tanggal 19 April 1930 di Yogyakarta, dengan Soeratin Sosrosoegondo sebagai ketua. PSSI menjadi organisasi olahraga yang lahir pada masa penjajahan Belanda (Hidayat, 2017).

Sepak bola telah mengalami perubahan signifikan sejak pertandingan internasional pertamanya pada tahun 1872 antara Inggris dan Skotlandia. Popularitasnya berkembang pesat, terutama di awal abad ke-20, dan muncul dorongan untuk mengelola perkembangan olahraga ini. Pada tanggal 21 Mei 1904, FIFA (Federation Internationale de Football Association), organisasi sepak bola dunia, didirikan di Prancis. Saat itu, FIFA hanya terdiri dari beberapa negara, termasuk Belgia, Denmark, Prancis, Jerman, Belanda, Spanyol, Swedia, dan Swiss, dengan markas di Zurich, Swiss, dan dipimpin oleh presiden pertamanya, Robert Guerin.

FIFA mulai mengatur turnamen sepak bola pertamanya pada Olimpiade 1908. Meskipun menghadapi tantangan selama Perang Dunia I pada tahun 1910, FIFA tetap kuat berkat kepemimpinan Dutch Carl Hirschmann. Setelah melewati masa-masa sulit, FIFA berhasil menyelenggarakan Piala Dunia pertamanya pada tahun 1930, yang menjadi ajang paling prestisius di dunia, diadakan setiap empat tahun sekali. Pada tahun 1991, FIFA juga mulai menyelenggarakan Piala Dunia Wanita. Tujuan berdirinya FIFA adalah menyediakan badan pengelola global untuk sepak bola, mempromosikan dan menyebarkan olahraga ini, memberikan perlindungan kepada pemain, dan menegakkan regulasi

sepak bola. FIFA dianggap sebagai platform untuk mempromosikan perdamaian, membentuk generasi yang mampu meraih prestasi, dan mengadvokasi nilai-nilai sportivitas. Setelah mencapai kemajuan signifikan di Eropa, sepak bola mulai merambah ke seluruh dunia, termasuk di Indonesia.

Pada tahun 2011, sepak bola di Indonesia mengalami kehancuran akibat dualisme antara Liga Super Indonesia dan Liga Primer Indonesia, yang menyebabkan pembekuan oleh Kementerian Pemuda dan Olahraga (Menpora) dan juga FIFA. Tidak hanya disebabkan oleh dualisme, tetapi juga oleh sejumlah masalah di dalam asosiasi sepakbola Indonesia, yaitu PSSI. Pembekuan ini berdampak fatal terhadap perkembangan sepak bola di Indonesia dan baru dicabut pada tahun 2016 oleh Menpora dan FIFA. Hingga saat ini, kompetisi profesional di Indonesia terus berjalan dengan nama Liga 1 dan Liga 2. Selain itu, terdapat berbagai kompetisi lainnya, terutama di kategori usia, seperti Piala Soeratin untuk kelompok usia 17 tahun, liga mahasiswa, dan liga nusantara. Namun, yang paling sering dipantau dan banyak ditemui di pelosok negeri, terutama di pedesaan dan desa kecil, adalah kompetisi antar kampung.

b. Permainan Sepak Bola

¹¹ Sepak bola adalah permainan yang dilakukan oleh dua tim, masing-masing terdiri dari 11 pemain, dengan tujuan mencetak gol di gawang lawan dan mencegah gol di gawang sendiri menggunakan anggota badan selain tangan (Iwan Sujarwo, 2017). Sepak bola merupakan permainan beregu dengan sebelas pemain, termasuk seorang penjaga gawang. Sepak

bola sangat populer di Dunia khususnya di Indonesia, sehingga sepak bola dapat memberikan daya tarik tersendiri dalam masyarakat. Hampir semua kalangan, mulai dari anak-anak, remaja, pemuda, hingga orang tua, pernah bermain sepak bola dengan tujuan yang beragam, seperti rekreasi, menjaga kebugaran, atau sekadar menyalurkan hobi dan kesenangan.

Pendapat lain juga menjelaskan tentang sepak bola, yaitu sebuah permainan di mana pemain dari dua tim berusaha memasukkan bola ke gawang lawan dan mencegah gol di gawang sendiri (Clive Gifford, 2017). Pernyataan ini diperjelas dengan pendapat Mielke (2017) menyatakan bahwa sepak bola adalah permainan beregu di mana dua tim bersaing menggunakan unsur mental, taktik, fisik, dan teknik, dengan tujuan mencetak gol sebanyak mungkin ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sesuai aturan yang ditetapkan. Hal ini memperjelas bahwa sepak bola merupakan olahraga yang sangat digemari di Indonesia dan telah menjadi bagian dari masyarakat selama puluhan tahun. Meskipun sudah dikenal lama, sepak bola Indonesia belum mampu bersaing di tingkat dunia.

Sepak bola dimainkan oleh 11 pemain dalam tim, yang berusaha mencetak gol sebanyak mungkin ke gawang lawan. Sepak bola tidak hanya menjadi populer di Indonesia tetapi juga di seluruh dunia. Olahraga ini memiliki tujuan meraih kemenangan melalui pencetakan gol dan telah berkembang menjadi sangat populer seiring dengan pertumbuhan dunia olahraga (Mikanda Rahmani, 2014). Permainan ini melibatkan dua tim, setiap tim terdiri dari 11 pemain yang berjuang untuk memasukkan bola

bundar ke gawang lawan, yang dikenal sebagai mencetak gol. Tim yang berhasil mencetak gol lebih banyak dianggap sebagai pemenang dalam waktu biasanya 90 menit. Namun, jika terjadi hasil imbang, terdapat cara tambahan untuk menentukan pemenang, yakni melalui pertambahan waktu 2x15 menit. Jika pertandingan masih seri setelah pertambahan waktu, akan diadakan adu penalti, di mana setiap tim diberikan lima kesempatan untuk menendang bola ke arah gawang dari titik penalti di dalam area kiper.

Peraturan dasar dalam mencapai tujuan ini adalah bahwa pemain, kecuali penjaga gawang, tidak diizinkan menyentuh bola dengan tangan mereka selama permainan berlangsung. Sepakbola adalah permainan di mana bola disepak, dengan tujuan mencetak gol ke gawang lawan dan mencegah bola masuk ke gawang sendiri. Dalam memainkan bola, pemain dapat menggunakan seluruh anggota badan kecuali tangan dan lengan. Penjaga gawang diperbolehkan menggunakan kaki dan tangan untuk memainkan bola.

Berdasar pada penjelasan tentang permainan sepakbola diatas, maka dapat disimpulkan bahwa sepakbola adalah permainan di mana dua tim berusaha mencetak gol ke gawang lawan dan mencegah gol di gawang sendiri. Meskipun sudah menjadi bagian dari masyarakat Indonesia selama puluhan tahun, sepak bola Indonesia belum mampu bersaing di tingkat dunia. Olahraga ini melibatkan dua tim, masing-masing terdiri dari 11 pemain, yang bertujuan mencetak gol sebanyak mungkin. Permainan berlangsung dalam waktu biasanya 90 menit, dan

jika hasilnya imbang, terdapat penambahan waktu 2x15 menit atau adu penalti. Aturan dasar melarang ²⁴ pemain, kecuali penjaga gawang, untuk menyentuh bola dengan tangan selama permainan. Sepak bola adalah olahraga populer di Indonesia dan seluruh dunia, dengan tujuan meraih kemenangan melalui pencetakan gol. Permainan ¹ ini berkembang menjadi sangat populer seiring pertumbuhan ²⁴ dunia olahraga. Tim yang mencetak gol lebih banyak ³⁵ dianggap pemenang. Jika terjadi hasil imbang, pertandingan akan dilanjutkan dengan penambahan waktu atau adu penalti. Sepak bola melibatkan teknik dasar seperti menendang bola, dan penjaga gawang diperbolehkan menggunakan tangan dan kaki.

c. Peralatan dan Lapangan Sepakbola

Peralatan dan lapangan sepak bola memiliki peran krusial dalam menjalankan permainan ini. Standar yang diatur oleh FIFA menetapkan ukuran lapangan, bola resmi, peralatan pemain, jumlah pemain, serta peran wasit dan official lapangan. ¹ Lapangan sepak bola berbentuk persegi panjang dengan garis tengah 90-120 m dan lebar 45-90 m, sementara gawang memiliki lebar 7,32 m dan tinggi ¹ 2,44 m, dengan jarak titik penalti 11 m. Bola resmi harus memenuhi ketentuan keliling antara 68-70 cm. Pemain menggunakan seragam khusus dan sepatu sepak bola, sementara penjaga gawang melengkapi dengan sarung tangan dan baju kiper. Setiap tim terdiri dari 11 pemain, dengan pergantian pemain maksimal 3 kali selama pertandingan (Susanto, 2016). Wasit dan official lapangan memiliki peran penting dalam memastikan fair play dan keamanan. Semua regulasi ini diarahkan untuk menciptakan pengalaman

permainan yang adil, konsisten, dan kompetitif bagi semua peserta .

Perlengkapan dalam sepakbola memiliki peran yang sangat penting untuk kenyamanan dan keamanan pemain selama pertandingan. Pentingnya perlengkapan tidak hanya pada aspek fisik, tetapi juga pada aspek psikologis dan kenyamanan. Memastikan pemain dilengkapi dengan baik membantu menciptakan lingkungan permainan yang optimal. Semua aspek ini diatur oleh standar FIFA untuk menjaga keseragaman dan keamanan dalam pertandingan sepakbola.

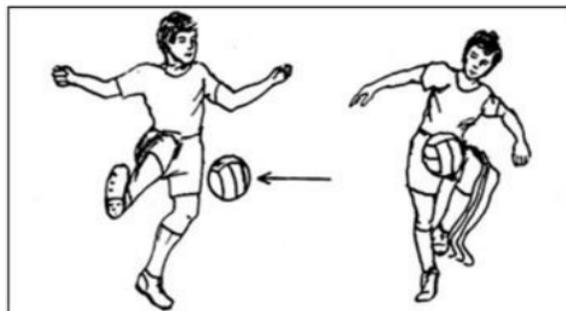
d. ¹ Teknik Dasar Permainan Sepakbola

Dalam sepakbola, terdapat keterampilan dasar atau teknik-teknik dasar yang dapat digunakan baik dalam situasi pertahanan maupun serangan. Menurut Yona Mahatmasari (2018), teknik merujuk pada kemampuan seorang pemain untuk mengubah pola pikirnya menjadi gerakan yang efektif dan efisien tanpa melanggar peraturan permainan dan dengan mengedepankan sportivitas. Oleh karena itu, penguasaan teknik dasar permainan menjadi hal yang sangat penting untuk pengembangan pertandingan yang lancar dan tertib. Tri (2014) juga menegaskan bahwa untuk menjadi pemain sepakbola yang berkualitas, pemahaman terhadap ¹ teknik-teknik bermain sepakbola sangat diperlukan, meliputi: (a) teknik dasar menendang bola, (b) teknik dasar menghentikan bola, (c) teknik dasar menggiring bola, (d) teknik dasar menyundul bola, dan (e) teknik dasar lemparan ke dalam.

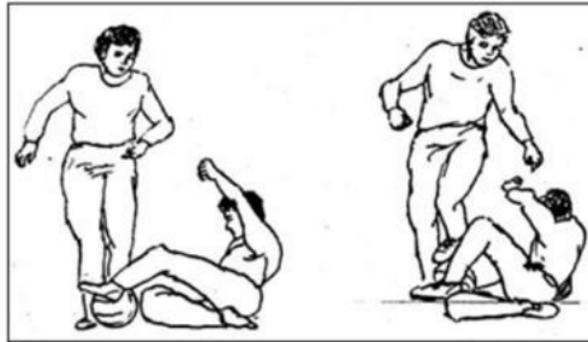
Menurut Clive Gifford (2017), permainan sepakbola melibatkan dua keterampilan ¹ gerak dasar atau teknik yang harus dimiliki dan dikuasai

oleh pemain, yang mencakup:

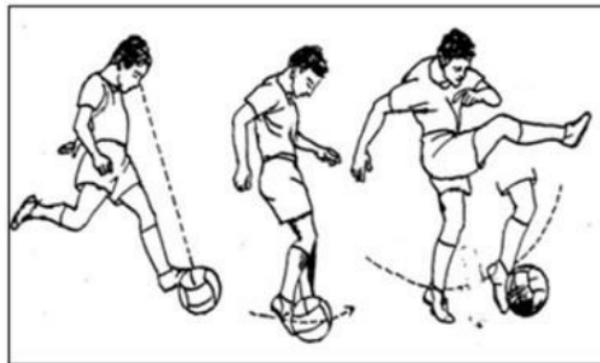
- 1) Gerak atau teknik tanpa bola Teknik tanpa bola adalah kemampuan gerak di mana ¹ seorang pemain beroperasi tanpa menggunakan bola. Dalam konteks permainan sepakbola, pemain diharapkan mampu melakukan berbagai gerakan seperti berlari dengan langkah pendek atau panjang, serta mengubah ¹ kecepatan lari. Gerakan lainnya mencakup berjalan, berjingkat, melompat, meloncat, berguling, berputar, berbelok, dan berhenti tiba-tiba.
- 2) Gerak atau teknik dengan bola Keterampilan gerak atau teknik dengan bola melibatkan: (a) pengenalan bola menggunakan bagian tubuh tertentu (ball feeling), (b) menendang bola menuju gawang (shooting), (c) menggiring bola (dribbling), (d) menerima bola dan menguasai bola (receiving and controlling the ball), (e) menyundul bola (heading), (f) gerak tipu (feinting), (g) merebut bola (sliding tackle/shielding), (h) melempar bola ke dalam (throw-in), (i) menjaga gawang (goalkeeping).



Gambar 2.1. Teknik Menghentikan Bola dengan Kaki bagian Dalam (Muchtar, 1992)



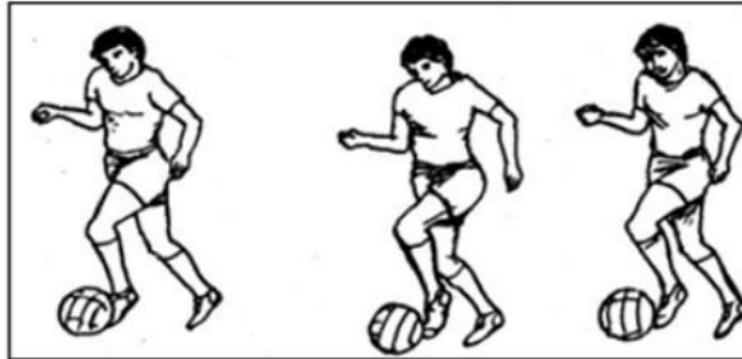
Gambar 2.2. Teknik Merampas Bola dengan Meluncur (Mughtar, 1992)



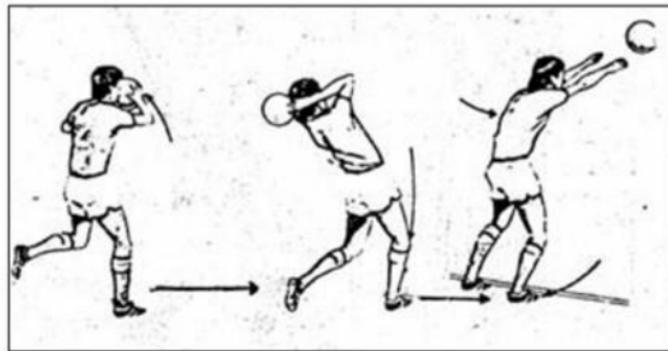
Gambar 2.3. Teknik Menendang Bola dengan Punggung Kaki (Mughtar, 1992)



Gambar 2.4. Teknik Menyundul Bola (Mughtar, 1992)



Gambar 2.5. Teknik Menggiring Bola (Mughtar, 1992)



Gambar 2.6. Teknik Melempar Bola (Mughtar, 1992)

2. Keterampilan Shooting Sepakbola

Analisis Piala Dunia Sepak Bola 2010 menunjukkan bahwa sebanyak 80,69% dari gol dicetak melalui tendangan (Njororai, 2013). Hal ini menunjukkan bahwa teknik yang dominan dalam permainan sepakbola adalah shooting. Tujuan utama dari serangan dalam sepak bola adalah mencetak gol ke gawang lawan, dan semakin baik ketepatan passing dan tembakan setiap pemain, semakin besar peluang tim untuk menguasai permainan dan, tentu saja, meraih kemenangan (Syachputera et al., 2022). Tindakan menendang dapat dilakukan ketika bola diam, bergerak, atau melayang di udara. Dalam

penelitian ini, karena jaraknya 16,5 meter, penulis memilih untuk menendang bola dalam keadaan diam. Untuk melakukan tendangan yang efektif, pemain perlu memperhatikan beberapa prinsip dasar menendang bola dalam keadaan diam, di mana bola ditempatkan pada suatu titik tertentu. Anam, dkk (2021) mengidentifikasi beberapa keterampilan dasar menendang, termasuk *instep drive, full volley, half volley, side volley, dan swerving* (menikung).

Terkait teknik perkenaan atau tendangan pada kaki saat menendang dalam sepak bola, ada lima teknik yang umumnya dikenal, yaitu: (1) Menendang dengan kaki bagian dalam, (2) Menendang dengan kura-kura kaki penuh, (3) Menendang dengan kura-kura kaki bagian dalam, (4) Menendang dengan kura-kura kaki bagian luar, dan (5) Menendang dengan ujung jari. Penting bagi pemain untuk menguasai teknik dasar sepak bola, seperti menendang, menyundul, menjaga gawang, lemparan ke dalam, dan mengumpan, agar dapat mencapai tujuan utama permainan, yaitu meraih kemenangan dengan mencetak gol lebih banyak daripada kebobolan (Abid, dkk., 2013). Dalam konteks menendang dengan kaki bagian dalam, pemain disarankan untuk menempatkan kaki tumpu sejajar dan dekat dengan bola, melengkungkan lutut, menjaga posisi badan di atas bola, membentangkan tangan untuk menjaga keseimbangan, dan mengikuti gerakan kaki tendang setelah tendangan (*follow through*). Sementara untuk menendang dengan kura-kura kaki bagian luar, posisi kaki tumpu diletakkan di belakang samping bola, arah kaki sejajar dengan sasaran, tungkai kaki diputar ke dalam, arah kaki sedikit menyudut ke dalam, dan tendangan dilakukan dengan

menempatkan ⁹ kura-kura kaki bagian luar tepat di tengah-tengah belakang bola untuk menghasilkan bola yang bergulir datar di atas tanah (Luxbacher, 2004).

Menurut Mielke (2017) ⁶⁰ tujuan permainan sepak bola adalah ⁸ mencetak gol sebanyak mungkin dengan melakukan shooting ke gawang. Pemain perlu menguasai keterampilan dasar menendang bola dan mengembangkan serangkaian teknik menembak untuk mencetak gol dari berbagai posisi di lapangan. ¹ Kemampuan shooting, baik dari jarak jauh maupun dekat, menjadi kunci penting karena tanpa itu sulit bagi pemain untuk mencetak gol. ¹⁶ Kemenangan sebuah tim ditentukan oleh kejelian pemain dalam melihat peluang dan melakukan shooting ke arah target secara tepat. Kemampuan shooting dapat ditingkatkan melalui latihan dengan metode yang tepat. ¹¹ Pemain profesional yang menguasai teknik shooting dengan akurasi dapat mencetak gol ke gawang lawan.

⁵⁰ Shooting merupakan faktor terpenting dalam permainan sepak bola. ⁵ Pemain perlu mengembangkan kemahiran menendang dengan menggunakan kedua kakinya. Menendang bola bukan hanya keterampilan fisik, tetapi juga seni yang memerlukan kemampuan mengukur jarak dan arah dengan tepat. ⁶² Dalam permainan sepak bola, menendang bola adalah gerakan paling dominan dan tujuannya utama ²⁰ adalah mencetak gol sebanyak mungkin ke gawang lawan. Posisi awal, pelaksanaan gerakan, dan posisi tubuh serta pandangan kaki, lengan, badan, dan kepala perlu diperhatikan untuk mencapai hasil optimal. Anam, dkk. (2021) mencatat bahwa pembelajaran shooting dalam sepak bola masih mengalami masalah yang perlu dipecahkan.

Oleh karena itu, latihan shooting menjadi penting untuk meningkatkan keterampilan pemain dalam menendang bola.

Prinsip-prinsip seperti pandangan mata, kaki tumpu, kaki ayun, bagian bola yang ditendang, sikap badan, dan gerakan lanjutan perlu diperhatikan. Shooting bola melibatkan beberapa teknik, seperti menggunakan punggung kaki, ujung kaki, kaki bagian luar, dan dalam. Pemain yang handal perlu mengembangkan keterampilan di semua bidang tersebut. Teknik dan prinsip shooting merupakan kombinasi penting yang harus dipahami dan dilatih oleh pemain agar dapat mencetak gol dalam berbagai situasi pada pertandingan sepak bola. Dukungan saat melakukan shooting juga memiliki pengaruh pada proses terjadinya gol.

a. Gerakan *Shooting*

Keterampilan yang menjadi penting dalam sepakbola adalah shooting. Penting untuk mengajarkan teknik dasar shooting ini pada setiap sesi latihan agar pemain mampu menghasilkan tembakan bola yang terarah ke gawang saat berlangsungnya pertandingan. *Shooting* menjadi salah satu aspek fundamental dalam permainan futsal yang tidak dapat diabaikan oleh para pemain; mereka perlu menjalankan teknik shooting dengan baik dan benar guna meraih kemampuan mencetak gol yang optimal. Menurut Lhaksana (2011), teknik dasar *shooting* dapat disusun ke dalam dua kategori, yaitu: shooting dengan menggunakan punggung kaki dan *shooting* dengan menggunakan ujung kaki atau ujung sepatu. Melaksanakan *shooting* memerlukan penerapan teknik yang baik dan tepat. Teknik *shooting* terbagi menjadi dua, yaitu dengan

menggunakan punggung kaki dan ujung kaki. Pemilihan antara kedua teknik ini harus dilakukan dengan tepat, sesuai dengan kondisi dan situasi bola yang akan ditendang, agar hasil tendangan dapat mencapai performa maksimal. Berikut gerakan *shooting* dalam permainan sepakbola:

1) Tumpuan Kaki



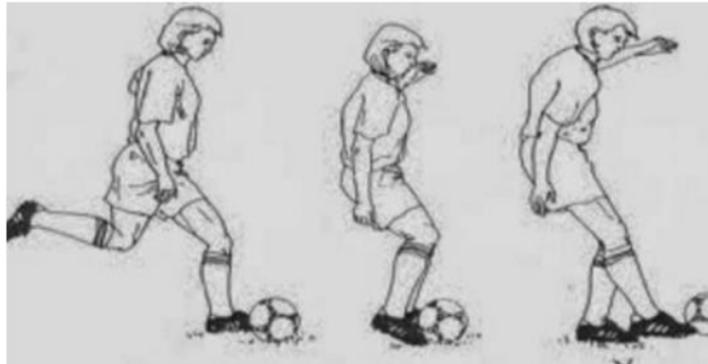
Gambar 2.7. Tumpuan Kaki saat *Shooting* (Taufan Bara Mukti, 2021)

Tumpuan kaki pada *shooting* adalah kaki yang menahan berat badan dan berada di tanah ketika sedang bersiap untuk melakukan shooting, yang juga menentukan titik berat badan. Penempatan kaki tumpu atau posisi kaki terhadap bola akan mempengaruhi arah dan tinggi rendahnya bola. Lutut kaki tumpu sebaiknya sedikit ditebuk ketika bersiap dan saat menendang, lutut perlu diluruskan. Gerakan dari lutut yang ditebuk kemudian diluruskan berkontribusi pada kekuatan dorongan ke depan.

2) Menendang

Kaki yang digunakan untuk melakukan *shooting* adalah kaki yang melakukan tendangan. Pada saat melakukan *shooting*, pergelangan

kaki yang digunakan perlu diperkuat atau ditegangkan, dan seharusnya tidak mengalami pergerakan yang tidak diinginkan. ² Tungkai kaki yang melakukan tendangan diangkat ke belakang dan kemudian digerakkan ke depan, sehingga bagian kaki yang akan melakukan tendangan dapat mengenai bola. Proses ini diikuti dengan gerakan lanjutan, di mana kaki yang menendang diangkat ke belakang dan diayunkan ke depan menuju target. Pada akhirnya, punggung kaki seharusnya tepat ¹⁷ di bawah bola. Gerakan lanjutan kaki yang menendang dilanjutkan ke depan, menciptakan pergerakan yang mengarah ke target. Untuk ⁵⁸ lebih rinci, gambar dapat dilihat pada ilustrasi berikut:

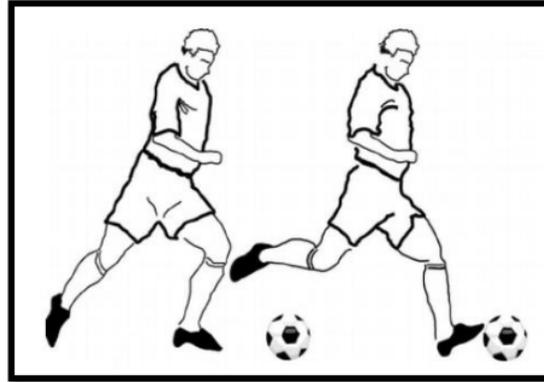


Gambar 2.8. Gerakan Menendang dalam *Shooting* (Luxbacher, 2004)

a) Sikap Permulaan Sebelum *Shooting*

Sebelum melakukan gerakan menendang bola, posisi awal memainkan peran kunci dalam menentukan hasil dari *shooting*. Bola berada dalam keadaan diam, dan pemain berdiri sejauh ² 3-5 langkah di belakang bola, sehingga posisi pemain sejajar atau

membentuk garis lurus dengan arah yang diinginkan untuk bola. Untuk mendapatkan gambaran yang lebih rinci, Anda dapat merujuk pada ilustrasi yang terdapat dalam gambar berikut.



Gambar 2.9. Gambar Awalan *Shooting* (Mubarok, 2022)

b) Perkenaan Kaki dengan Bola

Pada teknik *shooting*, aspek yang kritis untuk diperhatikan adalah bagaimana kaki bersentuhan dengan bola. Keberhasilan atau kegagalan sebuah tendangan dipengaruhi oleh sebelah mana bagian bola yang ditendang, yang akan menentukan arah dan jalannya bola, serta kekuatan tendangan. Posisi terbaik untuk menendang bola adalah tepat di tengah bawah bola, sehingga bola dapat bergerak lurus menyusur tanah atau langsung ke depan. Ilustrasi yang lebih rinci dapat dilihat pada gambar berikut ini.



Gambar 2.10. Perkenaan Kaki dengan Bola

c) Posisi Badan

Posisi tubuh saat melakukan *shooting* membutuhkan perhatian khusus, karena ini memengaruhi keseimbangan ketika melakukan tendangan. Saat melakukan *shooting*, tubuh bagian belakang bola sebaiknya sedikit condong ke depan. Sikap tubuh saat menendang sangat dipengaruhi oleh letak kaki tumpu terhadap bola. Dengan menempatkan kaki tumpu tepat di samping bola dan ujung kaki menghadap ke sasaran, pada saat *shooting*, tubuh akan berada di atas bola dan condong sedikit ke depan. Sikap tubuh ini bertujuan untuk menciptakan tendangan bola yang mengulir rendah atau melambung sedang.

d) Pandangan Mata

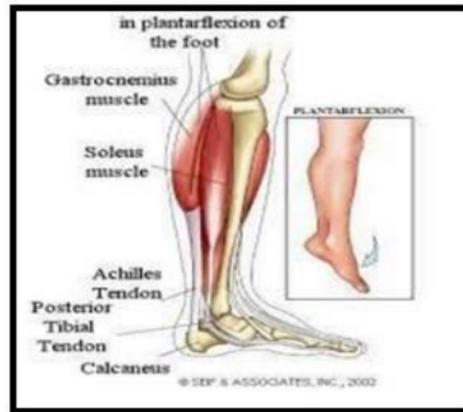
Ketepatan fokus pandangan mata saat melakukan *shooting* dalam sepak bola memegang peran krusial dalam keberhasilan tendangan. Ketika melakukan *shooting*, pemain perlu memusatkan pandangan pada bola, target yang diincar, atau posisi kiper lawan. Penempatan pandangan mata yang akurat

membantu pemain dalam mengevaluasi jarak, mengarahkan tendangan secara tepat, dan meningkatkan kemungkinan mencetak gol. Dengan kata lain, aspek pandangan mata saat melakukan shooting sepak bola melibatkan kemampuan pemain untuk mengatur fokus penglihatan pada elemen-elemen kunci yang dapat mempengaruhi hasil tendangan, sehingga meningkatkan peluang kesuksesan dalam mencetak gol.

b. Analisis Fisiologi Teknik *Shooting*

Keberhasilan suatu individu dalam memanfaatkan kekuatan maksimum otot dalam waktu yang singkat merupakan definisi daya otot (M. Sajoto, 1988). ¹⁹ Daya otot dipengaruhi oleh kekuatan otot dan kecepatan kontraksi otot, sehingga semua faktor yang memengaruhi dua aspek tersebut akan berdampak pada daya otot secara keseluruhan. Oleh karena itu, daya otot dapat dianggap sebagai kemampuan ² otot atau kelompok otot untuk melakukan aktivitas fisik secara instan. Dalam konteks permainan sepak bola, gerakan yang dilakukan secara tiba-tiba, seperti saat merebut bola, memerlukan pemanfaatan daya otot. Penggunaan daya otot ini melibatkan aplikasi kekuatan maksimal dalam waktu singkat. Rutinitas aktifitas fisik secara teratur dapat meningkatkan kualitas daya otot seseorang. Pada dasarnya, ²³ daya otot dipengaruhi oleh kekuatan otot dan kecepatan kontraksi otot, sehingga semua faktor yang memengaruhi dua hal tersebut juga akan berpengaruh pada daya otot secara umum. Dalam konteks pembelajaran sepak bola, passing menggunakan kaki bagian dalam melibatkan otot-otot tertentu.

1) Gerak Utama

Gambar 2.11. *Musculus tibialis anterior*

Gerakan menendang melibatkan penggunaan otot-otot seperti ¹⁰ musculus quadriceps femoris, biceps femoris, serta musculus tibialis anterior dan tibialis posterior. Saat melakukan gerakan menendang, lari, dan bertahan, otot-otot seperti musculus biceps femoris dan musculus quadriceps femoris turut terlibat. Dalam situasi melakukan shooting, otot yang terlibat adalah musculus biceps femoris.

2) Gerak Antagonis

Gambar 2.12. *Musculus biceps femoris*

Gerak antagonis pada saat melakukan shooting kinerja otor ditopang pada *Musculus biceps femoris*. *Musculus biceps femoris* dan *musculus quadriceps femoris* mengalami proses pemendekan pada *musculus biceps femoris* dan pemanjangan pada *musculus quadriceps femoris*.

3) Gerak Menendang



Gambar 2.13. *Musculus gluteus maximus*

Proses menendang melibatkan otot-otot seperti *Musculus gluteus maximus*, *Musculus quadriceps femoris*, *Musculus biceps femoris*, *semitendinosus*, dan *semimembranosus*, serta *Musculus tibialis anterior* dan *tibialis posterior*.

4) Gerak Keseimbangan



Gambar 2.14. *Musculus tensor fasciae latae*

Gerakan menendang juga memerlukan keseimbangan untuk menjaga posisi tubuh selama melakukan shooting. Keseimbangan ini melibatkan otot-otot seperti ⁷ *Musculus tensor fascia latae*, *Musculus gastrocnemius*, serta *Musculus tibialis anterior* dan *tibialis posterior*.

c. Akurasi *Shooting*

Ketepatan dalam sepak bola adalah kemampuan mengendalikan gerakan bebas untuk mencapai sasaran, terutama dalam konteks memasukkan bola ke arah gawang. Menurut Irianto (2002) ketepatan melibatkan teknik gerakan dengan kekuatan dan perkiraan yang baik. Akurasi tendangan merupakan komponen penting dalam penampilan sepak bola, dan meningkatkannya memerlukan upaya pemain ⁵⁶ untuk menguasai berbagai teknik dasar. Kemampuan menguasai teknik dasar berkontribusi pada permainan sepak bola ⁵ baik secara individu maupun kolektif, termasuk kemampuan melakukan *shooting* dengan akurat (Lamungga et al., 2020). Sedangkan pendapat lain menjelaskan akurasi adalah kemampuan mengarahkan gerakan sesuai dengan target atau sasaran (Putranto & Hadi, 2015). Akurasi dalam sepak bola, khususnya dalam *shooting*, memiliki hubungan erat dengan kontrol bola, *dribble*, dan kemampuan pemain untuk mengarahkan tendangan secara akurat. Akurasi shooting mencakup kemampuan pemain untuk mengarahkan tendangan dengan ³³ tepat sasaran, terutama ke sudut atau daerah yang sulit dijangkau oleh penjaga gawang. Dengan demikian dalam pengembangan teknik shooting memerlukan latihan berulang dengan menggunakan teknik yang benar (Mielke, 2017).

Berdasarkan pendapat-pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa akurasi *shooting* adalah usaha untuk memindahkan bola dengan tepat, melibatkan perkenaan kaki dengan bola, baik menggunakan kaki bagian dalam maupun punggung kaki. Keberhasilan dalam mencapai sasaran, seperti gawang, tergantung pada akurasi tendangan yang diperoleh melalui latihan dan pengembangan teknik yang benar.

3. Profil SSB PETA Ngino, Plemahan, Kabupaten Kediri

Sekolah Sepakbola PETA terletak di Lapangan Desa Ngino Kecamatan Plemahan, Kabupaten Kediri, Jawa Timur. SSB Peta telah eksis selama periode yang cukup lama, dan sejumlah besar alumni dari SSB Peta telah terlibat dalam kompetisi di berbagai tingkatan, termasuk liga 3, liga 2, bahkan beberapa di antaranya pernah menjadi bagian dari Timnas Indonesia.

Beberapa pemain yang telah mendapat pembinaan dari SSB Peta dan ikut berkontribusi dalam dunia sepak bola Indonesia antara lain: (1) Budi Sudarsono (Mantan pemain Timnas Indonesia, Persebaya, Tim PON JATIM, Persik, Persib, Sriwijaya FC, Deltras, Kalteng Putra), (2) Abdul Aziz Hamzah (Persiba Balikpapan, Arema Indonesia, Persik), (3) Andika (Persik Kediri U-17), (4) Wawan Kuswantoro (Persik U-21, Persires), (5) Johan Abdus Subur (Persedikab U-21, POPDA Kab Kediri, Persisam Samarinda U-21, Perseta Tulungagung), (6) Imam Lucky Waskito (Persenga Nganjuk, POPDA Kota Kediri), (7) Deny Saiful Abidin (Persenga Nganjuk), (8) Arifin Siregar (Persik U-17, POPDA Kab Kediri), (9) Gunawan (Persedikab U-23, Yahokimo FC), (10) Nur Rokim (Persedikab, Persebaya U-21, Persiba Balikpapan, Manokwari Papua), (11) Eko Budi (Persiba Balikpapan U-21),

(13) Maldini (Akademi AC MILAN, Persik Kediri U-17) (Aji, 2019).

B. KERANGKA BERPIKIR

Keterampilan *shooting* dalam sepakbola mencakup beberapa aspek kunci, melibatkan aspek teknis, taktis, fisik, dan mental. ¹ Pemain yang memiliki keterampilan shooting yang baik dapat menghasilkan tendangan dengan akurat dan efektif ke arah gawang lawan. Aspek-aspek penting dalam keterampilan shooting termasuk penguasaan teknik dasar menendang, akurasi dan ketepatan, kontrol bola, pemahaman posisi, kemampuan membaca pertahanan lawan, kekuatan fisik, ketangkasan fisik, konsentrasi, kepercayaan diri, pemilihan keputusan yang tepat, dan pelaksanaan latihan yang efektif. Pengembangan keterampilan ini memerlukan latihan terus-menerus dan pemahaman mendalam tentang setiap aspek yang terlibat.

Siswa SSB PETA menghadapi sejumlah permasalahan dalam melakukan *shooting*, melibatkan aspek-aspek keterampilan seperti teknik dasar, akurasi, kontrol bola, pemahaman taktis, kekuatan fisik, ketangkasan fisik, konsentrasi, kepercayaan diri, dan latihan yang efektif. Untuk mengatasi tantangan ini, keterlibatan pelatih atau instruktur dengan memberikan umpan balik dan merancang latihan yang sesuai menjadi kunci dalam meningkatkan keterampilan shooting atlet.

Berdasar dari permasalahan yang muncul dari pengamatan, ¹ maka penelitian ini akan mengkaji tentang keterampilan shooting siswa SSB PETA Ngino Plemahan Kediri dimana ²² dilakukan dengan tes dan pengukuran. instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes *shooting* sasaran dimana dengan

instrumen penilaian dari (Nurhasan & Cholil, 2007). Sehingga akan memberikan gambaran keterampilan *shooting* atlet SSB PETA dimana hasil dari pengambilan data akan dianalisis sebagai dasar evaluasi dan perencanaan.

C. PENELITIAN TERDAHULU

Penelitian terdahulu digunakan sebagai pembanding penelitian ini agar tidak melebar pembahasan dan memiliki dasar sebagai kajian penelitian terdahulu. Selain itu penelitian terdahulu digunakan juga sebagai pembanding kemiripan dari penelitian ini. Berikut penelitian terdahulu yang disampaikan:

1. Jusran S. (2021). **Analisis Komponen Fisik Terhadap Kemampuan Shooting**. Temuan penelitian menunjukkan bahwa: 1) Aspek fisik pada pemain Spartax Fc Kotabaru memiliki skor rata-rata sebesar 0,560, yang termasuk dalam kategori sedang; 2) Kemampuan *shooting* di klub sepakbola Spartax Fc Kotabaru memiliki nilai rata-rata sebesar 0,191, berada dalam kategori rendah; 3) Terdapat hubungan yang signifikan antara aspek fisik dan kemampuan *shooting* di klub sepakbola Spartax Fc Kotabaru, dengan nilai r sebesar 0,159 yang masuk dalam kategori rendah; 4) Terdapat keterkaitan signifikan antara aspek fisik dan kemampuan *shooting* di klub sepakbola Spartax Fc Kotabaru, dengan nilai r sebesar 0,210 yang masuk dalam kategori rendah ($P < \alpha 0,05$).
2. Sulistio, dkk. (2019). **Analisis Kemampuan Teknik Dasar Passing, Dribbling, Dan Shooting Pada Pemain Sepak Bola Ssb Putra U 10-12 Tahun Di Kabupaten Kaur**. Hasil analisis data menunjukkan bahwa kemampuan *Passing* terdiri dari 30 orang (83,3%), yang termasuk dalam

kategori baik, dan 6 orang (16,7%) berada dalam kategori sedang dari total 36 peserta tes. Dengan demikian, teknik dasar *Passing* dikategorikan baik. Kemampuan *Dribbling* dimiliki oleh 30 orang (83,3%) dalam kategori sedang, dan 6 orang (16,7%) berada dalam kategori kurang dari total 36 orang, sehingga teknik dasar *Dribbling* dikategorikan sebagai sedang. Sementara itu, kemampuan *Shooting* dimiliki oleh 2 orang (5,6%) dalam kategori kurang, dan 34 orang (94,4%) dalam kategori kurang sekali, sehingga kemampuan *Shooting* dapat dikategorikan sebagai kurang sekali.

3. Handoko. (2018). **Analisis Kemampuan Teknik Dasar Pemain Sepak Bola SSB Deli Serdang United Kabupaten Deli Serdang.** Berdasarkan hasil penelitian dan perhitungan dari data dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa kemampuan teknik dasar sepakbola para pemain SSB Deli Serdang United Kabupaten Deli Serdang dapat dikategorikan sebagai sedang dan baik. Secara lebih spesifik, teknik *Passing* dan *Dribbling* tergolong dalam kategori sedang, sementara teknik *Shooting* berada dalam kategori baik.
4. Hasanuddin. (2018). **Analisis Kemampuan *Shooting* dalam Permainan Sepakbola.** Dari hasil penelitian, ditemukan bahwa kategori "baik sekali" mencakup 2 atlet dengan persentase 10%, kategori "baik" mencakup 5 atlet dengan persentase 25%, kategori "sedang" mencakup 12 atlet dengan persentase 60%, kategori "kurang" mencakup 1 atlet dengan persentase 5%, dan kategori "kurang sekali" tidak memiliki atlet dengan persentase 0%. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa kemampuan tendangan *shooting* dalam permainan sepak bola para atlet SSB Ubhor dapat dikategorikan sebagai

"Sedang" dengan persentase 60%.

5. Saputra, dkk. (2019). **Analisis Kemampuan Teknik Dasar Pemain Sepak Bola Ssb Pratama Kabupaten Batanghari**. Berdasarkan uji normalitas hasil tes menggunakan uji Liliefors terhadap keseluruhan data, didapatkan hasil bahwa semua data termasuk dalam distribusi normal. Selanjutnya, hasil perhitungan pada setiap aspek teknik menunjukkan bahwa nilai passing sebesar 6,08 poin masuk dalam kategori sedang, nilai dribbling sebesar 19,6 detik juga masuk dalam kategori sedang, dan nilai shooting sebesar 12,6 poin masuk dalam kategori baik. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa teknik dasar sepakbola yang dimiliki pemain SSB Pratama Kabupaten Batanghari tergolong dalam kategori sedang dan baik, di mana teknik *passing* dan *dribbling* berada dalam kategori sedang, sementara teknik *shooting* berada dalam kategori baik.

BAB III **METODOLOGI PENELITIAN**

A. VARIABEL PENELITIAN

Variabel penelitian yang dipergunakan untuk bahan kajian merupakan satu variabel tunggal yang menggambarkan data tentang keterampilan shooting dalam sepakbola. Variabel yang menjadi fokus penelitian ini adalah keterampilan shooting para atlet di Sekolah Sepak Bola PETA Ngino Plemahan, Kabupaten Kediri, Jawa Timur. Dalam penelitian ini, perhatian utama tertuju pada variabel kemampuan menembak. Oleh karena itu, penelitian ini mencoba untuk menganalisis keterampilan shooting para atlet di Sekolah Sepak Bola PETA Ngino Plemahan, Kabupaten Kediri, Jawa Timur..

B. PENDEKATAN DAN TEKNIK PENELITIAN

Pendekatan penelitian observasi merupakan suatu strategi penelitian yang melibatkan pengamatan langsung terhadap peristiwa atau fenomena tanpa intervensi aktif dari peneliti. Dalam metode ini, tujuan peneliti adalah merekam dan mengamati perilaku, kejadian, atau karakteristik tertentu tanpa melakukan manipulasi terhadap variabel-variabel yang terlibat. Metode observasi dapat diimplementasikan secara langsung di lapangan.

Penelitian ini menggunakan teknik penelitian survei menggunakan tes dan pengukuran. Metode penelitian survei melibatkan penggunaan instrumen keterampilan shooting dari (Nurhasan & Cholil, 2007). Dalam pemilihan sampel yang mencerminkan populasi secara keseluruhan, metode pengumpulan data seperti wawancara tatap muka atau daring, pelaksanaan survei dengan panduan instruksi yang jelas, analisis data dengan metode statistik atau kualitatif, interpretasi hasil untuk mengidentifikasi temuan utama, pelaporan hasil dengan

deskripsi metodologi dan rekomendasi, serta evaluasi survei untuk menilai kualitas dan validitasnya. Teknik ini dapat digunakan untuk mengumpulkan data kuantitatif atau kualitatif tergantung pada pertanyaan penelitian dan pendekatan yang diambil.

C. ⁵² TEMPAT DAN WAKTU PENELITIAN

Penelitian dengan judul analisis keterampilan *shooting* siswa SSB PETA Ngino, Plemahan, Kabupaten Kediri, Jawa Timur Tahun 2023 dilaksanakan di SSB PETA. Alamat SSB PETA bertempat di Lapangan ⁴ Desa Ngino, Kecamatan Plemahan, Kabupaten Kediri, Provinsi Jawa Timur. Waktu pelaksanaan penelitian dilakukan pada bulan Agustus 2023, dengan pelaksanaan tes dan pengukuran keterampilan *shooting* sepakbola. Untuk selanjutnya akan dijelaskan jadwal penelitian dimana dijabarkan pada masing-masing proses penelitian

Tabel 3.1. Jadwal ²⁶ Penelitian

No	Kegiatan	Bulan (Tahun 2023)								
		Mei	Juni	Juli	Agust	Sept	Okt	Nov	Des	
1	Seminar Proposal	√								
2	Pengajuan Surat Penelitian		√							
3	³⁹ servasi Tempat Penelitian			√						
4	Pengambilan Data				√					
5	Analisis Data					√				
6	Pelaporan Hasil Penelitian						√			
7	Publikasi Hasil Penelitian							√		
8	Ujian Skripsi									√

D. POPULASI DAN SAMPEL

Populasi penelitian mengacu pada seluruh kumpulan individu, objek, atau fenomena yang menjadi pusat perhatian dalam suatu penelitian. Ini mencakup

semua elemen atau entitas yang memiliki ciri-ciri tertentu yang relevan dengan pertanyaan penelitian yang diajukan. Ragam populasi penelitian dapat berbeda tergantung pada jenis penelitian dan lingkup pertanyaan yang hendak diungkap. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SSB PETA Ngino pada kelompok usia 10-12 Tahun sebanyak 35 Siswa.

Setelah menentukan populasi penelitian, langkah selanjutnya adalah menjelaskan proses pengambilan sampel penelitian. Sampel penelitian digunakan sebagai efisiensi penggunaan sumber daya, representasi populasi, kemudahan pelaksanaan, mitigasi kesalahan dan bias, optimalisasi waktu, keterjangkauan, pengendalian eksperimen, pertimbangan etika dan keamanan, serta kemampuan untuk mencapai kesimpulan secara lebih cepat. Pentingnya memilih sampel yang sesuai dan mewakili dengan baik untuk memastikan kehandalan hasil penelitian dan kemampuan menggeneralisasikan temuan ke seluruh populasi dengan tingkat kepercayaan yang tinggi. Teknik sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah purposive sampling, yaitu pengambilan sampel menggunakan kriteria atau syarat tertentu yang diberikan pada subjek penelitian. Setelah memenuhi kriteria pengambilan sampel, maka didapatkan jumlah sampel sebanyak 20 atlet SSB PETA Ngino, Plemahan, Kediri. Adapun kriteria yang diajukan pada subjek untuk syarat menjadi sampel adalah sebagai berikut:

1. Bersedia dijadikan sampel penelitian dan mengikuti seluruh proses penelitian
2. Sampel dalam keadaan sehat jasmani dan rohani
3. Sampel adalah atlet SSB yang terdaftar aktif dan mengikuti latihan
4. Sampel adalah atlet SSB yang sudah mengikuti latihan minimal 3 bulan
5. Sampel memiliki tanggung jawab dalam melaksanakan proses penelitian

E. INSTRUMEN PENELITIAN DAN TEKNIK PENGUMPULAN DATA

1. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merujuk pada perangkat atau alat yang digunakan untuk mengumpulkan data dan melakukan penilaian dalam suatu penelitian. Pada penelitian ini, digunakan suatu evaluasi yang melibatkan tindakan menembakkan bola ke sasaran. Penggunaan tes ini dilakukan dengan tujuan untuk mengukur kemampuan dan kecakapan seseorang dalam menembakkan bola ke sasaran. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes keterampilan *shooting* yang disusun oleh Nurhasan & Cholil. (2007). Instrumen ini memiliki validitas sebesar 0,565 dan reliabilitas 0,654 dalam pengujian ulang validitas dan reliabilitas instrumen (Y. Efendi & Widodo, 2019). Setelah mengkaji instrumen dengan adanya validitas dan reliabilitas, maka instrumen dapat digunakan sebagai pengumpulan data.

2. Teknik Pengumpulan Data

Instrumen tes keterampilan *shooting* dalam sepak bola bertujuan untuk mengukur dan mengevaluasi kemampuan individu dalam menendang bola dengan presisi, kekuatan, dan teknik yang benar menuju sasaran atau gawang. Adapun peralatan yang digunakan dalam pelaksanaan tes adalah sebagai berikut:

a. Peralatan

Peralatan yang digunakan dalam tes keterampilan *shooting* sepak bola adalah sebagai berikut:

- 1) Lapangan Sepakbola
- 2) Bola ukuran 5

- 3) *Stopwatch*
- 4) Gawang sepakbola
- 5) Tali
- 6) *Cone/* pembatas

b. Pelaksanaan

Peserta uji berada di belakang bola yang diletakkan pada suatu titik dengan jarak 16 meter di depan gawang atau sasaran. Ketika peserta uji memulai menendang bola, stopwatch dijalankan dan dihentikan ketika bola mencapai sasaran. Peserta uji diberikan tiga peluang. Gerakan dianggap tidak berhasil jika:

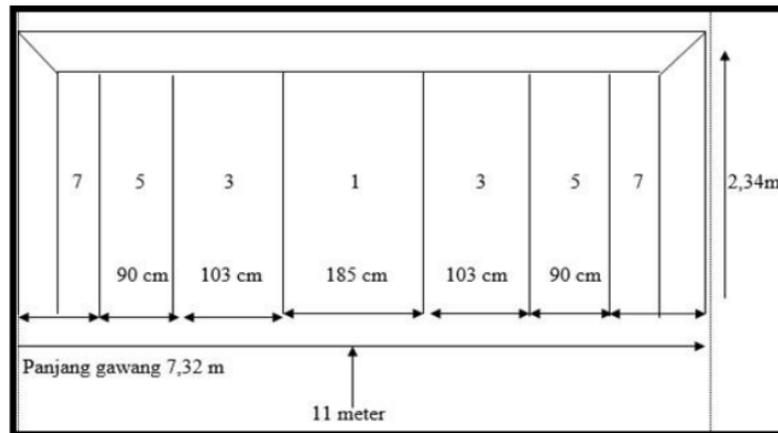
- 1) Bola keluar dari area sasaran
- 2) Bola tidak ditempatkan pada jarak 16 meter dari sasaran.

c. Penilaian

Total skor yang diperoleh dari testee dalam tiga kesempatan. Jika bola menyentuh tali atau garis pemisah skor pada sasaran, maka skor terbesar diambil dari kedua sasaran tersebut. Hasil dari penjumlahan waktu dan nilai kemudian dikonversikan pada tabel norma dibawah ini:

Tabel 3.2 Norma Tes Keterampilan *Shooting*

Kategori	Skor
Baik Sekali	17,3 >
Baik	13 -17,2
Cukup	8,6 – 12,9
Kurang	4,3 – 8,5
Kurang Sekali	> 4,2



Gambar 3.1. Tes *Shooting* Sepakbola (Nurhasan & Cholil, 2007)

F. ³¹TEKNIK ANALISIS DATA

Metode analisis data yang diterapkan dalam penelitian ini adalah penggunaan persentase dari keseluruhan dataset. Norma yang diterapkan melibatkan kategorisasi berdasarkan keterampilan *shooting*. Pengkategorisasian norma ⁶⁶dapat dilihat pada tabel 3.2. Setelah mengkonversi berdasar pada tabel langkah analisis data selanjutnya adalah penyajian data menggunakan persentase untuk mendapatkan kesimpulan. Sebagai analisis kuantitatif, maka penelitian ini memberikan analisis persentase dalam penarikan kesimpulan menggunakan ¹rumus sebagai berikut:

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

Keterangan:

P : Persentase
 N : Banyaknya Subjek
 100% : Satuan

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. HASIL PENELITIAN

1. Deskripsi Data Penelitian

Setelah melakukan pengambilan data sesuai dengan prosedur pengambilan, langkah selanjutnya adalah menyajikan data dari segi tendensi datanya. Selain itu penyajian data juga dilakukan dengan cara tabel distribusi frekuensi dan histogram. ¹⁶ Lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.1. Tendensi Data Penelitian

Nilai Maksimal	15
Nilai Minimal	5
Mean	9,4
Median	8,5
Modus	13
Standar Deviasi	3.13553

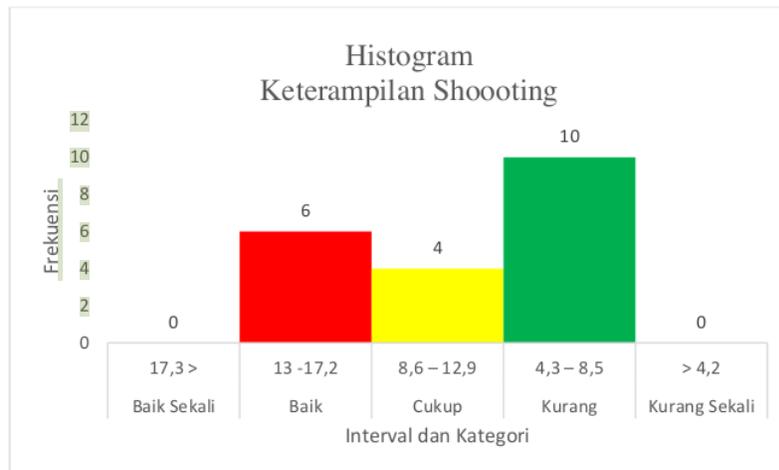
Berdasar pada tabel 4.1 yaitu penyajian data berdasar pada tendensi datanya, maka ditemukan nilai maksimal=15, nilai minimal=5, ¹ mean=9,4, median=8,5, modus=13, dan standar deviasi=3,135. Jika disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.2. Distribusi Frekuensi Keterampilan *Shooting*

NO	Kategori	Interval	Frek	Frek Kumulatif	Frek Relatif
1	Baik Sekali	17,3 >	0	0	0%
2	Baik	13 -17,2	6	6	30%
3	Cukup	8,6 – 12,9	4	10	20%
4	Kurang	4,3 – 8,5	10	20	50%
5	Kurang Sekali	> 4,2	0	20	0%
Jumlah			20		100%

Tebal 4.2 menunjukkan penyajian data dalam bentuk tabel distribusi

frekuensi tentang keterampilan shooting atlet SSB PETA Ngino. Sehingga ditemukan pada masing-masing kategori sebagai berikut: kurang sekali dengan frekuensi = 0, kurang dengan frekuensi = 10, dengan frekuensi = 4, kategori baik dengan frekuensi = 6, dan baik sekali dengan frekuensi = 0. Jika disajikan dalam bentuk histogram, maka dapat dilihat pada gambar berikut:



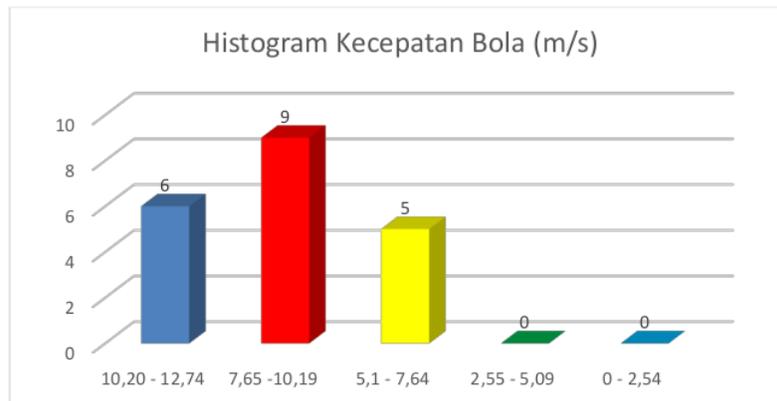
Gambar 4.1. Histogram Keterampilan *Shooting*

Selanjutnya data yang disajikan adalah kecepatan hasil tendangan atau kecepatan bola dalam satuan meter/second (m/s). penyajian data dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.3. Distribusi Frekuensi Kecepatan Bola (m/s)

No	Interval	Frekuensi	Frek Komulatif	Frek relatif
1	10,20 - 12,74	6	3	30%
2	7,65 -10,19	9	13	45%
3	5,1 - 7,64	5	20	25%
4	2,55 - 5,09	0	20	0%
5	0 - 2,54	0	20	0%
		20		100%

Berdasar pada tabel 4.3 menunjukkan bahwa kecepatan bola terbagi pada beberapa interval. Pada interval 0 – 2,54 m/s memiliki frekuensi = 0, 2,55 – 5,09 m/s memiliki frekuensi = 0, interval 5,1 – 7,64 m/s memiliki frekuensi = 5, interval 7,65 – 10,19 m/s memiliki frekuensi = 9, dan interval 10,20 – 12,74 m/s memiliki frekuensi = 6. Jika disajikan dalam bentuk histogram, maka dapat dilihat sebagai berikut:



Gambar 4.2. Histogram Kecepatan Bola (m/s)

2. Analisis Data

Berdasar dari hasil penelitian yang sudah disajikan pada penyajian data, maka analisis data yang dilakukan adalah menggunakan analisis persentase. Dilihat dari tabel 4.2 yaitu distribusi frekuensi keterampilan shooting, maka dapat dianalisis hasil keterampilan shooting atlet SSB PETA Ngino, Plemahan, Kediri terdiri dari kategori kurang sekali dengan frekuensi = 0 sebanyak 0%, kategori kurang dengan frekuensi = 10 sebesar 50%, kategori Cukup dengan frekuensi = 4 sebesar 20%, kategori baik dengan frekuensi = 6 sebesar 30%, dan kategori baik sekali dengan frekuensi = 0 sebanyak 0%. Maka dapat dikatakan bahwa keterampilan

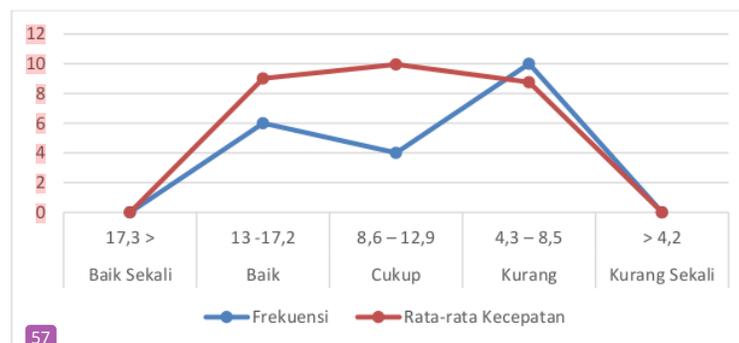
shooting atlet SSB PETA Ngino, Plemahan, Kediri masuk pada kategori Kurang dengan frekuensi 10 sebesar 50%.

Selanjutnya analisis dilakukan dengan persentasi melihat dari rata-rata kecepatan berdasarkan kategori keterampilan shooting, maka ditemukan: (1) Pada kategori Kurang Sekali memiliki rata-rata kecepatan bola = 0 m/s, (2) pada kategori Kurang memiliki rata-rata kecepatan bola = 8,76 m/s, (3) kategori Cukup memiliki rata-rata kecepatan bola = 9,96 m/s, (4) kategori Baik memiliki rata-rata kecepatan = 9,01 m/s, dan (5) kategori Baik Sekali memiliki rata-rata kecepatan bola = 0 m/s. ²² lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel dan histogram beriku:

Tabel 4.4. Keterampilan Shooting dilihat dari Rata-rata Kecepatan

Kategori	Interval	Frekuensi	Rata-rata Kecepatan
Baik Sekali	17,3 >	0	0
Baik	13 - 17,2	6	9.01
Cukup	8,6 - 12,9	4	9.96
Kurang	4,3 - 8,5	10	8.76
Kurang Sekali	> 4,2	0	0

Jika dilihat dari histogram, maka dapat dijelaskan ¹ pada gambar berikut:



Gambar 4.3 Histogram Keterampilan Shooting dilihat dari Rata-rata Kecepatan Bola

B. PEMBAHASAN

Hasil analisis data menunjukkan bahwa keterampilan *shooting* atlet SSB PETA Ngino, Plemahan, Kediri menunjukkan kategori kurang. Keberhasilan dalam mengeksekusi tendangan dalam sepakbola dapat dipengaruhi oleh sejumlah faktor kunci. Penguasaan teknik dasar menembak, termasuk penempatan tubuh dan sudut kaki, memegang peranan utama dalam mencapai tingkat akurasi yang dibutuhkan untuk mencetak gol. Keterampilan menendang bola merupakan kemampuan individu, baik atlet atau siswa, dalam upayanya meletakkan bola ke dalam sasaran, yaitu gawang. Ini melibatkan penggunaan gerakan tubuh atau anggota badan secara disengaja dengan tujuan untuk mencapai prestasi atau tujuan tertentu, dengan memanfaatkan energi, teknik, dan waktu secara efisien (R. Efendi, 2016).

Selain itu, kekuatan tendangan juga menjadi faktor penting, dengan latihan untuk meningkatkan kekuatan otot tungkai berperan sebagai pendukung. Pemahaman taktis, seperti kemampuan menilai situasi permainan dan memilih momen yang tepat, juga memiliki dampak terhadap kesuksesan saat melakukan *shooting*. Faktor mental, seperti konsentrasi dan ketenangan pikiran, turut serta dalam meningkatkan performa secara keseluruhan. Pengalaman bermain dalam berbagai situasi permainan memiliki peran penting dalam mengembangkan naluri dan rasa percaya diri. Kondisi fisik yang prima, melalui latihan kebugaran dan peningkatan kekuatan otot, berkontribusi pada daya tahan selama pertandingan (Raharjo, 2018). Latihan yang konsisten, penguasaan kaki dominan, dan penempatan tubuh yang cermat juga merupakan unsur-esensial dalam meningkatkan keberhasilan *shooting*. Kombinasi dari

faktor-faktor ini mampu memberikan kontribusi yang signifikan terhadap kemampuan seorang pemain sepakbola dalam meraih gol.

Dalam konteks tendangan, *shooting* termasuk dalam ¹ tendangan ke arah gawang yang dilakukan dengan keras agar bola memiliki kecepatan. Hal ini juga dibutuhkan koordinasi mata-kaki untuk menghasilkan tendangan yang keras, cepat dan akurat (Anam et al., 2018). Hal ini diperlukan koordinasi mata-kaki dari serangkaian gerakan menendang yaitu awalan, menendang dan gerakan lanjutan. Sehingga gerakan tendangan sendiri harus diberikan awalan yang baik dan gerakan lanjutan. Sehingga dengan gerakan awal dan lanjutan yang baik akan menghasilkan shooting yang optimal (Anam et al., 2021).

Melihat dari hasil penelitian di SSB PETA Ngino Plemahan, Kabupaten Kediri, Jawa Timur terlihat bahwa keterampilan shooting yang dimiliki atlet ⁴⁴ masih kurang. Hal ini dapat disebabkan oleh faktor-faktor yang sudah disebutkan di atas. Jadi diperlukan pendalaman kajian kembali tentang keterampilan *shooting* pada SSB PETA untuk penelitian selanjutnya. Berdasarkan konsep penelitian ini, analisis yang diberikan berupa keterampilan shooting atlet SSB Ngino yang bertujuan untuk mengungkap dari kenyataan dilapangan. Berdasarkan hasil observasi di awal maka nampak jelas keterampilan *shooting* atlet SSB Ngino, Plemahan, Kabupaten Kediri perlu diberikan perhatian agar lebih baik lagi.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Berdasar pada analisis data dan pembahasan ditemukan bahwa hasil penelitian menunjukkan keterampilan *shooting* Atlet SSB PETA Ngino, Plemahan, Kediri masih masuk pada kategori kurang. Hal ini dapat dijelaskan pada kategori kurang sekali dengan frekuensi = 0 sebanyak 0%, kategori kurang dengan frekuensi = 10 sebesar 50%, kategori Cukup dengan frekuensi = 4 sebesar 20%, kategori baik dengan frekuensi = 6 sebesar 30%, dan kategori baik sekali dengan frekuensi = 0 sebanyak 0%. Maka dapat dikatakan bahwa keterampilan *shooting* atlet SSB PETA Ngino, Plemahan, Kediri masuk pada kategori Kurang dengan frekuensi 10 sebesar 50%

B. KETERBATASAN PENELITIAN

Pelaksanaan penelitian ini berjalan sesuai dengan rencana dan dapat diselesaikan. Namun masih terdapat keterbatasan-keterbatasan pada penelitian ini karena terkendala dari peneliti tentang biaya dan waktu. Selain itu keterbatasan penelitian ini terdapat pada generalisasi pada subjek penelitian. Mengingat penelitian ini berjenis deskriptif survei, maka peneliti belum memperhatikan tentang general subjek. Intervensi faktor-faktor dari luar variabel masih belum dapat digeneralkan oleh peneliti.

C. IMPLIKASI PENELITIAN

Hasil penelitian ini diharapkan memiliki kebermanfaatan dalam dunia sepakbola. Maka peneliti menuliskan implikasi dari hasil penelitian tersebut, lebih jelasnya dapat dilihat dibawah ini:

1. Penelitian memberikan gambaran tentang faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan teknik dasar menembak. Informasi ini dapat dimanfaatkan untuk merancang program latihan yang lebih terfokus dan efisien, termasuk latihan khusus untuk meningkatkan akurasi, kekuatan tendangan, dan koordinasi.
2. Pemain dan pelatih dapat menggunakan hasil penelitian untuk mengevaluasi dan meningkatkan teknik menembak mereka. Hal ini melibatkan penyesuaian sudut kaki, posisi tubuh, atau faktor-faktor lain yang memengaruhi akurasi dan kekuatan tendangan.
3. Pelatih dapat memanfaatkan pengetahuan dari penelitian untuk merancang strategi pertandingan yang lebih cerdas. Mereka dapat lebih baik memahami kapan dan bagaimana memanfaatkan kelemahan penjaga gawang atau pertahanan lawan dengan mempertimbangkan faktor-faktor yang memengaruhi keberhasilan shooting
4. Temuan penelitian dapat menjadi kerangka kerja untuk mengevaluasi kinerja pemain selama latihan dan pertandingan. Pemantauan kinerja dengan mempertimbangkan faktor-faktor yang diteliti dapat membantu pemain dan pelatih mengidentifikasi area yang perlu ditingkatkan.
5. Penelitian ini dapat memberikan kontribusi pada perbaikan kurikulum pendidikan olahraga, terutama dalam mata pelajaran sepakbola. Ini mencakup integrasi materi pelajaran terkait keterampilan shooting dan strategi permainan.

D. SARAN

Melihat dari hasil penelitian tentang keterampilan *shooting* SSB PETA

Ngino, Plemahan, Kediri maka peneliti dapat menarik kesimpulan penelitian. Selanjutnya ⁵⁵peneliti memberikan saran-saran untuk penelitian selanjutnya agar dapat menyempurnakan ¹penelitian ini. Saran penelitian yang direkomendasikan peneliti adalah sebagai berikut:

1. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat memberikan generalisasi subjek penelitian agar hasil penelitian benar-benar mutlak tanpa intervensi variabel pengganggu
2. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat meluaskan subjek penelitian dengan memperbanyak sampel agar hasil lebih obyektif tentang keterampilan *shooting* dalam sepakbola
3. Hasil penelitian yang ditemukan peneliti dapat dijadikan sebagai bahan kajian dasar untuk pengembangan-pengembangan penelitian selanjutnya dengan menambah variabel sebagai kajian penelitian.
4. Penelitian ini secara khusus dapat dijadikan data dan bahan sebagai evaluasi perkembangan atlet SSB PETA Ngino, Plemahan, Kediri.

Bayu Virdian Adi Sasongko_ANALISIS KETERAMPILAN SHOOTING ATLET SSB PETA NGINO, PLEMAHAN, KEDIRI, JAWA TIMUR TAHUN 2023

ORIGINALITY REPORT

30%

SIMILARITY INDEX

29%

INTERNET SOURCES

10%

PUBLICATIONS

14%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	eprints.uny.ac.id Internet Source	9%
2	digilib.ikipgriptk.ac.id Internet Source	2%
3	www.researchgate.net Internet Source	2%
4	ejournal.unesa.ac.id Internet Source	2%
5	jim.bbg.ac.id Internet Source	1%
6	e-journal.hamzanwadi.ac.id Internet Source	1%
7	repositori.unsil.ac.id Internet Source	1%
8	Submitted to Universitas Negeri Surabaya The State University of Surabaya Student Paper	1%

9	123dok.com Internet Source	1 %
10	Submitted to Universitas Negeri Jakarta Student Paper	1 %
11	Submitted to Universitas PGRI Palembang Student Paper	1 %
12	fokussatu.com Internet Source	<1 %
13	nanopdf.com Internet Source	<1 %
14	ejournal.utp.ac.id Internet Source	<1 %
15	docplayer.info Internet Source	<1 %
16	eprints.unm.ac.id Internet Source	<1 %
17	lib.unnes.ac.id Internet Source	<1 %
18	pjfgyr.sefidvash.net Internet Source	<1 %
19	repository.unpkediri.ac.id Internet Source	<1 %
20	text-id.123dok.com Internet Source	<1 %

21	he-wroteyou.xyz Internet Source	<1 %
22	core.ac.uk Internet Source	<1 %
23	www.zonapelajar.com Internet Source	<1 %
24	heryjpasaribu.blogspot.com Internet Source	<1 %
25	muhaeminblog.blogspot.com Internet Source	<1 %
26	Submitted to Konsorsium Turnitin Relawan Jurnal Indonesia Student Paper	<1 %
27	Submitted to Sriwijaya University Student Paper	<1 %
28	Submitted to Universitas Negeri Padang Student Paper	<1 %
29	digilib.unila.ac.id Internet Source	<1 %
30	Submitted to Universitas Pendidikan Ganesha Student Paper	<1 %
31	repo.iainbukittinggi.ac.id Internet Source	<1 %
32	Submitted to Universitas Sebelas Maret Student Paper	<1 %

<1 %

33

adoc.pub

Internet Source

<1 %

34

repository.uinjkt.ac.id

Internet Source

<1 %

35

artikelpendidikan.id

Internet Source

<1 %

36

issuu.com

Internet Source

<1 %

37

mail.online-journal.unja.ac.id

Internet Source

<1 %

38

repository.ar-raniry.ac.id

Internet Source

<1 %

39

repository.umy.ac.id

Internet Source

<1 %

40

www.coursehero.com

Internet Source

<1 %

41

ejournal.upnvj.ac.id

Internet Source

<1 %

42

etd.usk.ac.id

Internet Source

<1 %

43

lifemotionpictures.blogspot.com

Internet Source

<1 %

44	rac.uii.ac.id Internet Source	<1 %
45	repositori.usu.ac.id Internet Source	<1 %
46	rivaldyraw.wordpress.com Internet Source	<1 %
47	bimbel-ics.blogspot.com Internet Source	<1 %
48	repository.unib.ac.id Internet Source	<1 %
49	www.scribd.com Internet Source	<1 %
50	Submitted to LL Dikti IX Turnitin Consortium Student Paper	<1 %
51	davidleestone.blogspot.com Internet Source	<1 %
52	eprints.uns.ac.id Internet Source	<1 %
53	ilmuakuntansi.web.id Internet Source	<1 %
54	indraeka2011.wordpress.com Internet Source	<1 %
55	jurnalmahasiswa.unesa.ac.id Internet Source	<1 %

56

martamanur.wordpress.com

Internet Source

<1 %

57

online-journal.unja.ac.id

Internet Source

<1 %

58

pt.scribd.com

Internet Source

<1 %

59

read.bookcreator.com

Internet Source

<1 %

60

www.pelajaran.co.id

Internet Source

<1 %

61

www.slideshare.net

Internet Source

<1 %

62

adikurniawancool.blogspot.com

Internet Source

<1 %

63

you-gonever.icu

Internet Source

<1 %

64

Ahmad Risal, Hasanuddin Jumareng, Badaruddin. "HUBUNGAN POWER OTOT TUNGKAI DENGAN KEMAMPUAN AKURASI SHOOTING PADA PERMAINAN SEPAK BOLA SISWA SMAN 1 LAWA", Journal Olympic (Physical Education, Health and Sport), 2022

Publication

<1 %

65

journal.ikipgriptk.ac.id

Internet Source

<1 %

Exclude quotes Off

Exclude matches Off

Exclude bibliography Off