

**PENGARUH PERMAINAN TARGET TERHADAP KEMAMPUAN
SHOOTING DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA
PADA SISWA KELAS KHUSUS OLAHRAGA
DI SMA N 2 PLAYEN GUNUNGKIDUL**

E-JOURNAL

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan Jasmani



Oleh
Hidayat Nur Wibawa
12601244032

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2016**

LEMBAR PENGESAHAN

E-journal yang berjudul “ **Pengaruh Permainan Target terhadap Kemampuan *Shooting* dalam Permainan Sepakbola pada Siswa Kelas Khusus Olahraga di SMA N 2 Playen Gunungkidul**” yang disusun oleh **Hidayat Nur Wibawa**, NIM **12601244032** telah disetujui oleh Dosen Pembimbing dan Dosen Penguji Utama.

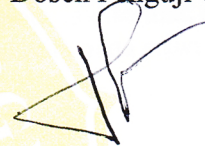
Yogyakarta, November 2016

Dosen Pembimbing



Komarudin, M. A.
NIP. 19740928 200312 1002

Dosen Penguji Utama



Amat Komari, M. Si.
NIP. 19620422 199001 1001



PENGARUH PERMAINAN TARGET TERHADAP KEMAMPUAN *SHOOTING* DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA PADA SISWA KELAS KHUSUS OLAHRAGA DI SMA N 2 PLAYEN GUNUNGGKIDUL

EFFECT OF TARGET GAME TOWARDS SHOOTING ABILITY OF FOOTBALL GAME OF STUDENTS OF SPECIAL CLASS OF SPORT IN SMA N 2 PLAYEN GUNUNGGKIDUL

Oleh: Hidayat Nur Wibawa, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta, hidayatwibawa21@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh permainan target terhadap kemampuan *shooting* dalam permainan sepakbola pada siswa kelas khusus olahraga di SMA N 2 Playen.. Penelitian ini merupakan jenis penelitian eksperimen *one group pretest-posttest design* dengan perlakuan sebanyak 12 kali. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas khusus olahraga sepakbola sebanyak 23 siswa. Kemampuan *shooting* diukur menggunakan instrumen Bobby Charlton yang dikemukakan oleh, Danny Mielke (2007 : 76). Teknik analisis data menggunakan analisis Uji T dan sebelumnya telah diuji normalitas dan homogenitas terlebih dahulu. Hasil penelitian dan pembahasan diperoleh nilai t_{hitung} Signifikansi 0,00 atau lebih kecil dari 0,05 jadi sudah ada perbedaan signifikan. Besarnya atau koefisien Uji T yaitu 0,03. Nilai rerata hasil *pretest* sebesar 87,3913 sedangkan ketepatan *posttest* naik menjadi 137,8261. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima, artinya ada pengaruh permainan target terhadap kemampuan *shooting* dalam permainan sepakbola pada siswa kelas khusus olahraga di SMA N 2 Playen Gunungkidul.

Kata kunci: permainan target, kemampuan *shooting* dalam sepakbola

Abstract

The research intends to figure out the effect of target game towards shooting ability in football game on students of special class of sport in SMA N 2 Playen. The research was one group pretest-posttest design experimental research with 12 times pf treatment. The subjects of the research were the students of special class of the sport of football consisting of 23 students. The shooting ability was measured by using Bobby Charlton instrument, proposed by Danny Mielke (2007: 76). The data analysis technique was by using T Test analysis and had previously been tested for normality and homogeneity. The analysis and the discussion of the research results, it is obtained that tcount Significance 0.00 or lesser than 0.05 so there is already significant difference. The amount or T Test coefficient is 0.03. The average value of pretest result is 87.3913 while the posttest accuracy increases to 137.8261. Thus, it can be concluded that the hypothesis is accepted, it means there is influence on target game towards shooting ability in football game of students of special class of sport in SMA N 2 Playen Gunungkidul.

Key words: target game, shooting ability in football.

PENDAHULUAN

Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang digemari oleh masyarakat Indonesia. Olahraga ini sudah memasyarakat di kalangan bawah hingga kalangan atas. Di Indonesia sepakbola sudah dikenal berpuluh-puluh tahun, tetapi belum mampu berprestasi di tingkat dunia. Olahraga saat ini mengalami kemajuan yang begitu pesat. Saat ini hampir semua orang senang berolahraga sepakbola.

Olahraga telah menjadi salah satu gaya hidup yang tidak bisa dipisahkan dari masyarakat dunia termasuk Indonesia.

Permainan sepakbola ini telah merambah ke semua lapisan dunia, termasuk Indonesia. Di wilayah Kabupaten Gunungkidul Yogyakarta misalnya, mulai dari anak-anak hingga orang dewasa setiap hari memainkan sepakbola walau dengan cara yang sederhana dan lapangan yang tidak terstandar. Sehingga tidak heran apabila

muncul pemain-pemain nasional dari Kabupaten Gunungkidul. Namun dari sekian banyak bibit yang ada hanya sedikit saja pemain yang muncul digemerlapnya liga Indonesia.

Salah satu syarat untuk dapat bermain sepakbola dengan baik adalah pemain harus menguasai keterampilan dasar sepakbola yang baik karena pemain yang mempunyai keterampilan dasar sepakbola yang baik pemain tersebut cenderung dapat bermain sepakbola dengan baik pula. Keterampilan dasar sepakbola ada beberapa macam, seperti *stopping* (menghentikan bola), *shooting* (menendang bola ke arah gawang), *passing* (mengoper), *heading* (menyundul bola), dan *dribbling* (menggiring bola).

Faktor penghambat munculnya pemain-pemain sepakbola yang berbakat tersebut salah satunya karena kurangnya pengetahuan dan kurangnya menguasai teknik dasar sepakbola yang dibutuhkan dalam permainan sepakbola, Dalam hal ini termasuk di jenjang-jenjang lembaga pendidikan formal. Hal tersebut terjadi dimungkinkan karena pihak pemerintah dan pihak sekolah khususnya kurang memperhatikan, menggalakkan program di bidang olahraga, dan mengadakan pembinaan olahraga sepakbola kepada siswa.

Salah satu kemampuan dasar yang penting untuk dikuasai pemain yaitu kemampuan *shooting* baik dari jarak jauh maupun jarak dekat. Kemampuan *shooting* penting dimiliki pemain karena tidak mungkin bagi pemain untuk

mencetak gol tanpa memiliki kemampuan tersebut. Kemenangan sebuah tim ditentukan oleh kejelian pemain melihat peluang dan melakukan *shooting* ke arah target secara tepat. Kemampuan *shooting* dapat didukung dengan awalan pada saat melakukan *shooting* dengan akurasi yang tepat. Seperti contoh pada pemain profesional, pemain sepakbola yang menguasai teknik *shooting* yang bagus dengan akurasi yang tepat dapat mencetak goal ke gawang lawan. Kemampuan *shooting* tersebut dapat diasah melalui latihan dengan metode yang tepat sehingga pemain dapat menguasai teknik secara tepat.

Kegiatan pembelajaran sepakbola merupakan cabang olahraga yang paling digemari di SMA Negeri 2 Playen Gunungkidul. Hal ini terbukti banyaknya siswa yang antusias mengikuti pembelajaran sepakbola di sekolah. Untuk mendapatkan permainan yang berkualitas, semangat saja tidak cukup, akan tetapi perlu didukung penguasaan keterampilan dasar salah satunya kemampuan *shooting* ke arah target secara tepat. Seperti yang telah peneliti kemukakan di depan, bahwa kemampuan *shooting* memiliki kontribusi yang besar bagi kemenangan sebuah tim. Meskipun kemampuan tersebut penting dimiliki pemain, temuan peneliti di lapangan masih menjumpai sebagian siswa yang masih kesulitan untuk melakukan *shooting* ke arah sasaran secara tepat. Berdasarkan wawancara pada tanggal 09 April 2016 terhadap siswa di SMA N 2 Playen Gunungkidul, menyatakan bahwa kesulitan melakukan

shooting dengan baik, dikarenakan sering kurang konsentrasi, menyatakan bahwa kesulitan melakukan *shooting* dengan baik, dikarenakan sering kurang konsentrasi, perkenaan kaki pada bola tidak tepat, sehingga dalam melakukan *shooting* tidak tepat sasaran.

Selain itu, berdasarkan hasil wawancara dengan pelatih Kelas Khusus Olahraga di SMA N 2 Playen Gunungkidul ditemukan bahwa terdapat siswa yang memiliki keterampilan yang baik dan ada pula yang memiliki keterampilan yang kurang. Semua itu dapat dilihat pada hasil penelitian saat praktik di lapangan. Rendahnya hasil penilaian dikarenakan intensitas kegiatan pembelajaran yang dilakukan masih kurang karena hanya dilakukan saat pembelajaran yang ditentukan. Disisi lain, guru yang bersangkutan juga mengatakan bahwa belum pernah mengadakan tes keterampilan dasar sepakbola dengan menggunakan instrumen yang valid. Guru menilai siswa hanya berdasarkan pengamatan saat melaksanakan kegiatan pembelajaran.

Program latihan di SMA N 2 Playen Gunungkidul selama ini yang diberikan terhadap siswa, yaitu *passing support* dalam memberikan latihan untuk membangun kerja sama dalam mengembangkan permainan sepakbola. Selama ini jadwal latihan yang diberikan dua kali dalam satu minggu pada hari rabu dan sabtu selama durasi waktu satu setengah jam setiap pertemuan.

Berdasarkan atas pertimbangan mengenai kendala siswa dalam melakukan *shooting* ke arah

target secara tepat dan pentingnya kemampuan *shooting* bagi kompetisi sepakbola, maka penting bagi peneliti untuk membantu mengatasi kesulitan tersebut dengan suatu metode yang cocok. Peneliti memiliki pandangan dan referensi yang mendukung bahwa untuk mengatasi persoalan tersebut diperlukan eksperimen terhadap permainan target untuk meningkatkan kemampuan *shooting* ke arah sasaran secara tepat dalam cabang olahraga sepakbola. Peneliti menemukan referensi penelitian mengenai pengaruh permainan target terhadap kemampuan *shooting*. Hasil penelitian Cahyo Adi Priatno (2014) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan metode bermain target terhadap kemampuan *shooting* pada peserta ekstrakurikuler bola basket di SMP Negeri 1 Godean Sleman. Penelitian lainnya, Yuni Satria Sumana (2015) menyatakan ada pengaruh yang signifikan model latihan permainan target terhadap peningkatan ketepatan tendangan *shooting* menggunakan punggung kaki siswa peserta ekstrakurikuler futsal di SMP 2 Jetis Bantul.

Permainan target dapat digunakan untuk membantu pemain berlatih konsentrasi, dan ketepatan target sehingga pemain dapat terlatih untuk melakukan *shooting* ke arah sasaran secara tepat. Permainan target juga merupakan permainan yang menyenangkan sehingga siswa tidak akan jenuh untuk mengikuti *treatment* untuk mengatasi kesulitan melakukan *shooting* tepat sasaran.

Berdasarkan apa yang telah peneliti paparkan di atas, maka peneliti bermaksud menguji cobakan penelitian target untuk mengatasi kelemahan *shooting* ke arah target oleh siswa di SMA Negeri 2 Playen Gunungkidul. Atas dasar hal tersebut, maka peneliti mengambil judul penelitian “ Pengaruh Permainan Target terhadap Kemampuan *Shooting* dalam Permainan Sepakbola pada Siswa Kelas Khusus Olahraga di SMA N 2 Playen Gunungkidul”.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini termasuk jenis penelitian eksperimen. Sugiyono (2009:107) menyatakan bahwa penelitian eksperimen merupakan penelitian untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap kondisi yang terkendali. Pada penelitian ini, pengaruh yang dilihat adalah pengaruh permainan target terhadap kemampuan *shooting*.

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan selama 1.5 bulan yang dimulai dari tanggal 1 Agustus 2016 sampai dengan 24 Agustus 2016. Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 2 Playen Gunungkidul.

Target/Subjek Penelitian

Populasi penelitian ini adalah seluruh siswa Kelas Khusus Olahraga cabang sepakbola yang berjumlah 23 siswa Kelas Khusus Olahraga di SMA Negeri 2 Playen Gunungkidul.

Prosedur

Penelitian ini Melakukan *pretest* untuk mengukur kemampuan *shooting* awal sebelum *treatment* dilakukan. Kemudian memberikan *treatment* selama 12 pertemuan. Setelah itu melakukan *posttest* untuk mengukur kemampuan *shooting* setelah *treatment* dilakukan.

Data, Instrumendan Teknik Pengambilan Data

Instrumen dalam penelitian ini menggunakan Tes *Shooting* Bobby Charlton yang dikemukakan oleh, Danny Mielke (2007:76).

Sumber data dalam penelitian ini yaitu dari hasil *pretest* dan *posttest* yang dilakukan siswa.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan data hasil penelitian, sebagian besar siswa mengalami peningkatan dalam tes ketepatan tendangan *shooting*. Adapun tabel deskripsi hasil tes ketepatan *shooting* seperti berikut ini :

Tabel 1. Data Hasil Tes Ketepatan Tendangan *Shooting*

No. Siswa	Pre-Test	Post-Test	Selisih
1	110	150	40
2	90	150	60
3	80	150	70
4	120	130	10
5	50	140	90
6	20	150	130
7	90	160	70
8	150	150	0
9	30	120	90

10	60	60	0
11	140	130	-10
12	140	160	20
13	130	120	-10
14	30	100	70
15	120	130	10
16	160	140	-20
17	60	180	120
18	50	170	120
19	70	100	30
20	110	150	40
21	20	120	100
22	120	160	40
23	60	150	90
Jumlah	2010	3170	
Mean	87.3913	137.8261	
Median	90	150	
Modus	120	150	
St.Dev	43.61165	26.45004	
Min	20	60	
Max	160	180	

Permainan target merupakan cara menyampaikan pembelajaran yang menarik untuk anak SMA. Hal ini terbukti dari hasil statistik deskriptif yang mana 20 anak dapat melakukan *shooting* ke sasaran dengan lebih baik, dibandingkan dengan hasil *pre test*. Tiga anak lain memiliki hasil *posttest* yang lebih rendah dibandingkan dengan hasil *pretest*. Hal ini dapat terjadi karena emosi siswa SMA yang masih belum stabil. Pada masa remaja terjadi peningkatan kepekaan emosi. Menurut pendapat Rita Eka Izzaty

(2008:135) terjadi peningkatan kepekaan emosi pada remaja ini disebabkan karena beberapa hal, diantaranya adanya masalah-masalah di sekolah dan masalah hambatan kemauan. Masalah-masalah di sekolah salah satunya ditunjukkan dengan pertentangan mengenai aturan di sekolah. Selain itu, siswa dihadapkan pada masa bergejolak (*storm and stress period*). Singgih D. Gunarsa (2006:266-268) menyatakan bahwa pada masa ini memungkinkan siswa kadang mengalami konflik dengan orangtua, sering mengalami suasana hati yang tidak stabil dan melakukan tingkah laku yang beresiko.

Statistik deskriptif menunjukkan bahwa mean *pre test* (87.3913) lebih kecil daripada *post test* (137.8261). Hal ini berarti rata-rata anak mengalami peningkatan skor *shooting* ke arah sasaran. peningkatan ini dimungkinkan karena pendekatan yang digunakan sangat mendukung kondisi anak. Pendekatan TGfU merupakan salah satu pendekatan yang mengakomodir kebutuhan anak dalam bermain (Aris Fajar Pambudi, 2011). Hal ini membuat siswa lebih antusias untuk mengikuti pembelajaran. Light (Sanmuga Nathan K. Jeganathan, 2014:31) menyatakan bahwa pendekatan pengajaran permainan yang menggunakan menggunakan taktikal seperti model TGfU memberi peluang kepada pelajar mensintesis pengalaman lampau dengan pengalaman yang sedang berjalan merupakan proses pembelajaran permainan

adalah tidak linear karena para pelajar dengan lingkungan yang tidak menentu, disandarkan pada teori konstruktivisme.

Hasil uji hipotesis menunjukkan ada pengaruh positif dan signifikan permainan target terhadap kemampuan *shooting* dalam permainan sepakbola pada siswa kelas khusus olahraga di SMA N 2 Playen. Hal ini sesuai dengan penelitian Yuni Satria Sumana tahun 2015 yang menemukan bahwa ada pengaruh yang signifikan dari model latihan dengan permainan target terhadap peningkatan ketepatan tendangan *shooting* menggunakan punggung kaki siswa peserta ekstrakurikuler futsal di SMP 2 Jetis Bantul”

Hasil penelitian ini terdapat tiga siswa yang hasil *post-test* lebih rendah dari *pre-test*. Hal ini dikarenakan, perkembangan emosi siswa berkaitan dengan adanya ketegangan emosi yang dialami remaja. Rita Eka Izzaty (2008:135) menyatakan bahwa emosi yang tinggi pada remaja disebabkan karena remaja mendapatkan tekanan sosial dan menghadapi kondisi baru. Secara biologis, remaja juga mengalami perkembangan. Santrock (2003:23) menyatakan bahwa proses perkembangan biologis merupakan perubahan-perubahan dalam hal fisik individu. Proses ini meliputi gen yang diwariskan oleh orangtua, perkembangan otak, penambahan berat badan, keterampilan motorik serta

perubahan hormonal. Kadar hormon yang dimiliki seseorang berpengaruh terhadap emosinya.

Faktor-faktor yang mempengaruhi *shooting* pada tiga siswa yang mengalami penurunan dalam melakukan *shooting* dalam *post-test* setelah melakukan *pre-test*, yaitu kekuatan otot kaki yang tidak seimbang atau tidak kuat saat perkenaan kaki pada bola, sikap badan saat melakukan *shooting* tidak sesuai dengan teknik dasar pada umumnya namun posisi badan terlalu tegap sehingga bola dapat melambung tinggi ke atas gawang atau sasaran, konsentrasi pada siswa kurang sehingga dapat munculnya emosi yang tinggi pada siswa yang mengakibatkan terjadinya dalam melakukan *shooting* tidak tepat sasaran, dan perkenaan kaki pada bola tidak tepat dalam melakukan *shooting* secara tepat sasaran.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh maka dapat ditarik kesimpulan ada pengaruh positif dan signifikan pengaruh signifikan permainan target terhadap kemampuan *shooting* dalam permainan sepakbola pada siswa kelas khusus olahraga di SMA N 2 Playen. Hasil analisis regresi menunjukkan bahwa signifikansi 0,00 atau $p < 0,05$ dan koefisien pengaruh sebesar 0,03.

Data hasil penelitian juga menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mengalami peningkatan dalam tes ketepatan tendangan *shooting*. Hal ini dapat dilihat bahwa

sebagian besar siswa memiliki skor selisih yang besar. Skor selisih tersebut diperoleh dengan mengurangkan skor post-test dengan skor pre-test. Dari 23 anak, hanya tiga anak yang tidak mengalami peningkatan ketepatan shooting setelah melakukan 12 kali treatment.

Saran

Berdasarkan keterbatasan penelitian di atas, peneliti menyarankan kepada peneliti berikutnya yang mengangkat topik penelitian yang sama agar memperhatikan juga kondisi kognitif, emosi, maupun biologis sehingga data yang terkumpul lebih menyeluruh dan dapat memunculkan penelitian baru yang lebih inovatif, dan kreatif.

Peneliti menyarankan kepada guru atau pelatih pada penelitian ini dapat digunakan sebagai refleksi dan sumber referensi saat memberikan rencana pelaksanaan pembelajaran sehingga dalam pembelajaran permainan sepakbola di dalam kelas khusus olahraga dapat terlaksana dengan baik. Guru atau pelatih sebaiknya mampu memilih materi pembelajaran atau program latihan dengan tahapan yang tepat.

Peneliti menyarankan kepada lembaga bahwa dalam penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan untuk pengembangan penelitian selanjutnya. Peneliti berharap penelitian berikutnya yang sejenis dapat menghasilkan penelitian yang lebih menggambarkan keadaan yang sebenarnya.

Kemudian dari hasil penelitian ini dapat diadakan evaluasi serta pelatihan bersama guru, agar penelitian yang telah dibuat memberikan keuntungan terhadap lembaga dalam mengembangkan berbagai penelitian yang dapat dipahami secara luas.

Peneliti meyarankan kepada pembaca bahwa penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber referensi dan sumber informasi sehingga dapat memberikan gambaran mengenai cara meningkatkan kemampuan *shooting* dalam permainan sepakbola pada pembelajaran.

DAFTAR PUSTAKA

- Aris Fajar Pambudi. (2011). *Target Games: Sebuah Pengembangan Konsep Diri Melalui Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Diunduh dari : http://staff.uny.ac.id/sites/default/files/19820522/PERMAINAN%20TARGET%20TGfU_0.pdf, pada hari Senin, tanggal 6 Juni 2016. Pukul 12.45 WIB.
- Cahyo Adi Priatno. (2014). Pengaruh Metode Bermain Target Terhadap Kemampuan *Shooting* Pada Peserta Ekstrakurikuler Bolabasket di SMP N 1 Godean Sleman. Diunduh dari : <http://eprints.uny.ac.id/14028/>, pada hari Jumat, tanggal 25 Maret 2016. Pukul 13.20 WIB.
- Danny Mielke. (2007). *Dasar-Dasar Sepakbola*. Surabaya : Pakar Raya.
- Rita Eka Izzaty, dkk. (2008). *Perkembangan Peserta Didik*. Yogyakarta : UNY Press.
- Sanmuga Nathan K. Jeganathan. (2014). *Instruksi Model Taktikal Permainan*. Batu Caves, Selangor: PTS Akademia.

Santrock, J.W. (2003). *Adolescence Perkembangan Remaja*. (Terjemah: Shinto B. Adelar dan Sherly Saragih). Jakarta:Erlangga.

Singgih D. Gunarsa. (2006). *Dari Anak Sampai Lanjut Usia*. Jakarta:Gunung Mulia.

Sugiyono. (2009). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: CV. Alfabeta.

Yuni Satria Sumana. (2015). *Pengaruh Latihan Permainan Target Terhadap Peningkatan Ketepatan Tendangan Shooting Menggunakan Punggung Kaki Siswa Peserta Ekstrakurikuler Futsal Di SMP 2 Jetis Bantul*. Diunduh dari : <http://eprints.uny.ac.id/24850/>, pada hari Jumat, tanggal 25 Maret 2016. Pukul 13.15 WIB.