

## ANALISIS KEMAMPUAN *SHOOTING* DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA

**M. Imran Hasanuddin**

Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Negeri Makassar

[m.imran.hasanuddin@unm.ac.id](mailto:m.imran.hasanuddin@unm.ac.id)

### **Abstract**

*This research is a descriptive study that aims to determine the ability of shooting kicks in the soccer game of SSB Ubhor athletes. Data collection uses the results of the football shooting ability test. The variable in this study is the ability to shoot kicks in soccer games for SSB Ubhor athletes. The population taken by 20 players in this study were SSB Ubhor players while determining the sample using the Total Sampling method. The results showed that the very good category had 2 athletes with a percentage of 10%, the good category had 5 athletes with a percentage of 25%, the medium category had 12 athletes with a percentage of 60%, the less category had 1 athlete with a percentage of 5% and the very poor category had 0 athletes with a percentage of 0%. Thus it can be concluded that the ability to shoot kicks in soccer games for SSB Ubhor athletes is in the "Medium" category with a percentage of 60%.*

**Keywords:** Shooting, Football.

### **Abstrak**

Penelitian ini adalah Penelitaian Deskriptif yang bertujuan untuk mengetahui kemampuan tendangan *shooting* dalam permainan sepak bola pada atlet SSB Ubhor. Pengambilan data menggunakan hasil tes kemampuan Shooting sepakbola. Variable dalam penelitian ini adalah Kemampuan Tendangan Shooting Dalam Permainan Sepak Bola Pada Atlet SSB Ubhor. Populasi yang diambil 20 pemain dalam penelitian ini adalah pemain SSB Ubhor sedangkan penentuan sampel dengan menggunakan metode *Total Sampling*. Hasil penelitian diperoleh hasil kategori baik sekali memiliki 2 atlet dengan persentase 10%, kategori baik memiliki 5 atlet dengan persentase 25%, kategori sedang memiliki 12 atlet dengan persentase 60%, kategori kurang memiliki 1 atlet dengan persentase 5% dan kategori kurang sekali memiliki 0 atlet dengan persentase 0%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kemampuan tendangan shooting dalam permainan sepak bola pada atlet SSB Ubhor berkategori "Sedang" dengan Persentase 60%.

**Kata kunci:** Shooting, Sepakbola.

### **PENDAHULUAN**

Olahraga sebagai karya cipta manusia merupakan suatu bentuk aktivitas fisik yang memiliki dimensi kompleks. Faktor fisik merupakan satu kesatuan utuh dari komponen-komponen yang tidak dapat dipisahkan begitu saja bagi yang menggelut suatu cabang olahraga, baik segi peningkatannya maupun pemeliharaannya artinya bahwa dalam usaha peningkatan kondisi fisik maka seluruh komponen yang dominan dari cabang olahraga tersebut harus dikembangkan. Komponen tersebut meliputi kekuatan, daya tahan, daya ledak, kecepatan, kelenturan, kelincahan, koordinasi, keseimbangan, ketepatan dan reaksi (M. I. Hasanuddin, 2018).

Permainan sepak bola berkembang dan masuk ke Indonesia pada tahun 1914, dimana pada saat itu masih dalam masa penjajahan Hindia Belanda. Awalnya, sepak bola hanya dimainkan oleh orang-orang Belanda di lingkungannya kemudian seiring berjalannya waktu sepak bola mulai dimainkan oleh siswa-siswa asal Indonesia di kota-kota besar. Selanjutnya, olahraga inipun semakin menyebar dengan cepat hingga berbagai daerah di Nusantara. Tidak lama kemudian, terbentuk lah PSSI pada 19 April 1931 di Yogyakarta yang menjadi awal sejarah sepak bola di Indonesia.

Perkembangannya masyarakat Indonesia gemar melakukan aktifitas olahraga. Salah satu cabang olahraga yang sangat digemari masyarakat Indonesia adalah Permainan sepakbola

karena banyak dimainkan oleh seluruh lapisan masyarakat baik di pedesaan maupun perkotaan dari anak-anak hingga orang dewasa. Sepakbola saat ini sudah berkembang pesat dan terbukti tidak hanya sebagai tontonan yang menarik namun juga sebagai lahan bisnis yang menggairahkan dan dapat mendatangkan keuntungan yang besar, dengan demikian sepakbola harus dikelola secara profesional yaitu mulai dari manajemen, kepelatihan, pencarian pemain berbakat, sarana dan prasarana latihan maupun dalam pertandingan. Diharapkan untuk menjadi seorang pengurus suatu klub sepakbola adalah seseorang yang benar-benar mempunyai pengalaman dan pengetahuan sesuai dengan keahlian dan professional (Goyena & Fallis, 2019).

Sepak bola adalah olahraga yang membutuhkan teknik dan taktik khusus, terlebih saat ingin mencetak gol. Salah satu karakteristik sepak bola yaitu menendang dan mengoper bola dengan tujuan mencetak gol ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dan mempertahankan gawangnya agar tidak kemasukan. Hal tersebut tentunya membutuhkan gerakan atau teknik sepak bola yang baik dan benar. Untuk dapat melakukan gerakan teknik sepak bola dengan baik, ada 4 komponen latihan yang harus dilakukan pemain, yaitu latihan fisik, latihan teknik, latihan teknik dan latihan mental. Dalam permainan sepak bola modern, sebuah kompetisi berlangsung ketat dan sulit. Pemain sepak bola kini harus menjadi lebih cepat, lebih kuat dan lebih lincah sehingga standar kondisi fisik pemain sepak bola juga terus meningkat.

Permainan sepak bola ini sifatnya kompetitif, bahkan ada sebagian orang yang melakukan olahraga sepak bola ini hanya untuk mendapatkan kesenangan. Meskipun begitu, permainan sepak bola ini memberikan banyak manfaat bagi kesehatan tubuh. Menurut (Sucipto, 2000), teknik-teknik dasar dalam bermain sepak bola ada beberapa macam, seperti menendang (*kicking*), menghentikan (*stopping*), menggiring (*dribbling*), menyundul (*heading*), merampas (*tackling*), lempar ke dalam (*throw in*), dan menendang (*shooting*).

Keterampilan shooting adalah salah satu kemampuan individu dalam permainan sepakbola dengan tujuan menendang bola yang keras kearah gawang. Hal ini memang sangat mudah dikatakan dari pada dilakukan saat pertandingan, karena atlet harus mampu melakukan keterampilan shooting disamping penjagaan lawan yang ketat dan waktu yang sangat terbatas, ruang yang sempit, fisik yang lelah, dan lawan yang agresif. Maka dari itu faktor kematangan, kesiapan, antisipasi, dan visi bermain dan ketenangan teknik ini sangat penting dibawah tekanan lawan. Joseph A.Luxbacher (2011) dalam (Rizky, 2020). Keterampilan untuk melakukan shooting dengan kuat dan akurat dalam menggunakan salah satu kaki yang paling kuat adalah faktor yang paling penting. Kualitas seperti antisipasi, kesiapan, akurasi, kemantapan dan ketenangan dibawah tekanan lawan.

Melakukan latihan fisik dalam sepak bola merupakan salah satu hal yang penting. Tujuan dari latihan fisik ini yaitu untuk menghadapi tuntutan fisik permainan serta memungkinkan efisiensi penggunaan berbagai kompetensi teknik dan taktis sepanjang pertandingan. Jika pemain memiliki kondisi fisik yang bagus maka saat melakukan teknik permainan sepak bola dengan baik seperti melakukan. *dribbling*, *passing*, *shooting* dan yang lainnya. Pada dasarnya, kondisi fisik pemain akan mempengaruhi kemampuan pemain dalam melakukan teknik-teknik yang ada dalam sepak bola. Contohnya pada kemampuan tendangan *shooting* seorang atlet yang pastinya harus didukung oleh kekuatan otot tungkai yang kuat.

*Shooting* adalah keterampilan dasar untuk menendang bola ke arah gawang yang bertujuan untuk mencetak gol. *Shooting* harus dilakukan dengan keras dan memiliki keakuratan yang tinggi agar peluang bola masuk ke dalam gawang lebih besar. *Shooting* yang keras dan akurat dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya yaitu kondisi kesehatan fisik pemain seperti kekuatan otot tungkai, koordinasi mata dan kaki, daya ledak otot kaki, keseimbangan tubuh dan penguasaan teknik dasar *shooting* yang sempurna.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan terhadap peneliti terhadap pemain SSB Ubhor terlihat penguasaan teknik menendang/*shooting* masih kurang bagus. Hal tersebut dilihat dari posisi tubuh dan kaki saat melakukan *shooting* yang kurang tepat. Selain itu, beberapa

pemain juga tidak melakukan *shooting* dengan keras ke arah gawang yang disebabkan kekuatan otot tungkai yang tidak kuat. Gerakan pemain terlihat kaku saat diminta melakukan praktek *shooting* dengan berbagai posisi dikarenakan gerakan yang dilakukan pemain masih kurang baik. Pemain kesulitan menempatkan bola ke arah gawang dikarenakan kurangnya proses latihan.

Dari hasil observasi tersebut maka penulis melakukan penelitian dengan judul “Analisis Kemampuan Tendangan *Shooting* dalam Permainan Sepakbola pada Pemain SSB Ubhor. Maka dapat disimpulkan rumusan masalah yaitu, Bagaimana kemampuan tendangan shooting dalam permainan sepak bola pada atlet SSB Ubhor?.

## **KAJIAN PUSTAKA**

Olahraga permainan merupakan jenis olahraga di mana dua tim bersaing satu sama lain untuk meraih kemenangan. Hal ini sesuai dengan pendapat (Nurcahyo et al., 2021) yang mengatakan bahwa olahraga permainan merupakan unjuk diri antar tim dengan tujuan meraih kemenangan. Satu diantara olahraga permainan yang digemari masyarakat yaitu sepak bola (Suryadi & Rubiyatno, 2022).

Sepakbola merupakan permainan beregu, masing-masing regu terdiri dari sebelas pemain, dan salah satunya penjaga gawang. Permainan ini hampir seluruhnya dimainkan dengan menggunakan kaki kecuali penjaga gawang yang diperbolehkan menggunakan tangan di daerah tendangan hukumannya. Dalam perkembangannya permainan ini dapat dimainkan di luar lapangan (outdoor) dan di dalam ruangan tertutup (indoor). Sepakbola berkembang dengan pesat di kalangan masyarakat, karena permainan ini dapat dimainkan oleh laki-laki dan perempuan, anak-anak, dewasa, dan orang tua.

Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang paling populer di berbagai negara, baik itu di negara berkembang maupun negara maju. Permainan sepakbola tergolong kegiatan yang sebetulnya sudah tua usianya, walaupun masih dalam bentuk sederhana, akan tetapi sepakbola sudah dimainkan ribuan tahun yang lalu. Sampai sekarang belum ada kesatuan pendapat dari mana dan siapa pencipta permainan sepakbola itu. Jika kita membaca literatur tentang sejarah sepakbola, maka kita akan mendapat kesan bahwa asal usul sepakbola itu diwarnai oleh interpersi penulis sejarah atau pengarang literatur tersebut. Pada dasarnya tujuan permainan sepakbola adalah pemain berusaha menguasai bola yang kemudian memasukkannya ke gawang lawan, serta tetap berusaha menjaga gawangnya sendiri agar tidak kemasukkan (D. Hasanuddin, 2022).

Dalam sepakbola terdapat berbagai pemain yang di antaranya ada penyerang (striker) atau pemain depan, gelandang (midfielder) atau pemain tengah, pemain belakang (defender), dan penjaga gawang (goal keeper). Kemudian dari berbagai macam pemain penyerang terdiri atas penyerang kanan dan penyerang kiri, gelandang terdiri atas gelandang gelandang kanan, gelandang kiri dan gelandang tengah. Selain pemain penyerang dan pemain gelandang ada juga pemain belakang (defender) yang biasa disebut pemain bek (pertahanan) yang terdiri atas bek kanan, bek kiri dan bek tengah serta seorang penjaga gawang (goal keeper).

Dalam upaya untuk membina prestasi yang baik, maka pembinaan harus dimulai dari pembinaan usia muda dan pembinaan atlet muda berbakat sangat menentukan menuju tercapainya mutu prestasi optimal dalam cabang olahraga sepakbola. Atlet berbakat yang umurnya muda dapat ditemukan di sekolah - sekolah, bola, organisasi pemuda dan kampung-kampung. Dalam Septianto, S. W. (2016:06) dalam pembelajaran sepakbola, mengenal aspek-aspek yang perlu dikembangkan yaitu: (1) Pembinaan Teknik (keterampilan), (2) Pembinaan fisik (kesegaran jasmani), (3) Pembinaan taktik, (4) Kematangan juara. Bukan hanya sekedar fisik, teknik, taktik, dan mental tetapi Keterampilan dasar bermain sepakbola juga diperhatikan

dalam bermain sepakbola. tehnik dasar shooting harus betul-betul dikuasai dan dipelajari lebih awal karena salah satu faktor yang menentukan menang atau kalahnya suatu kesebelasan dalam suatu pertandingan. Untuk meningkatkan prestasi sepakbola banyak faktor yang harus diperhatikan seperti sarana prasarana, pelatih yang berkualitas dan kompetisi yang teratur serta harus didukung oleh ilmu dan teknologi yang memadai. Karena dengan beberapa faktor diatas sangat diperlukan untuk meningkatkan Keterampilan dasar bermain sepakbola seperti latihan dribble, passing, control, shooting, dan heading (Syahputra et al., 2023).

Berdasarkan beberapa tujuan menendang bola, salah satu teknik dasar menendang yang karakteristik dan aktivitas yang paling dominan dilakukan selama permainan berlangsung adalah Teknik dasar passing dan shooting. Passing merupakan keterampilan dalam memberikan/mengoper bola pada teman dengan tepat dan akurat (Wiriawan & Irawan, 2019) dalam (Putra et al., 2022). Sementara shooting merupakan keterampilan teknik yang sangat penting. Karena dengan shooting gol sering terjadi dalam sebuah pertandingan sepakbola. Dengan banyaknya gol yang mampu dicetak ke gawang lawan dan menghindari gawang sendiri dari kebobolan akan membantu suatu tim bisa meraih suatu kemenangan dalam pertandingan.

Sepakbola merupakan olahraga yang sangat merakyat di lingkungan masyarakat, untuk mendapatkan pemain yang berkualitas tentu saja tidak instan. Dari usia dini sudah dibekali Keterampilan dasar sepakbola. Dimulai dari sepakbola kampung, Sekolah Sepak Bola (SSB), lembaga formal atau ekstrakurikuler hingga ke jenjang yang lebih tinggi. Sekolah merupakan lembaga dan organisasi yang tersusun rapi. Segala kegiatan direncanakan dan diatur sesuai dengan kurikulum. Untuk menghadapi kemajuan jaman, kurikulum selalu diadakan perubahan, diperbaiki dan disempurnakan agar apa yang diberikan di sekolah terhadap anak didiknya dapat digunakan untuk menghadapi tantangan hidup di masa sekarang maupun yang akan datang, sehingga sekolah sebagai tempat untuk belajar agar tujuan hidup atau cita-citanya tercapai.

Berdasarkan beberapa sumber di atas tentang penjelasan sepakbola maka dapat disimpulkan bahwa sepakbola adalah suatu permainan beregu yang dimainkan masing- masing regunya terdiri dari sebelas orang pemain termasuk seorang penjaga gawang yang dimainkan dengan kaki kecuali pejaga gawang diperbolehkan menggunakan tangan di area kotak penalti.

Keterampilan shooting adalah salah satu kemampuan individu dalam permainan sepakbola dengan tujuan menendang bola yang keras kearah gawang. Hal ini memang sangat mudah dikatakan dari pada dilakukan saat pertandingan, karena atlet harus mampu melakukan keterampilan shooting disamping penjagaan lawan yang ketat dan waktu yang sangat terbatas, ruang yang sempit, fisik yang lelah, dan lawan yang agresif. Maka dari itu faktor kematangan, kesiapan, antisipasi, dan visi bermain dan ketenangan teknik ini sangat penting dibawah tekanan lawan. Joseph A.Luxbacher (2011) dalam (Rizky, 2020). Keterampilan untuk melakukan shooting dengan kuat dan akurat dalam menggunakan salah satu kaki yang paling kuat adalah faktor yang paling penting. Kualitas seperti antisipasi, kesiapan, akurasi, kemantapan dan ketenangan dibawah tekanan lawan.

Shooting dalam permainan sepakbola pada dasarnya hampir sama seperti dalam shooting pada permainan bola basket memiliki tujuan untuk mengarahkan bola ke arah sasaran goal dalam permainan sepakbola gawang yang dijaga oleh seorang penjaga gawang (Sinatriyo et al, 2020) dalam (Karola & Padli, 2021).

Shooting sering dilakukan pada daerah mendekati kotak pinalti ke arah gawang oleh pemian penyerang seperti striker, gelandang dan sayap. Secara khusus tujuan melakukan shooting untuk memasukan bola ke arah gawang lawan dengan tendangan bola yang akurat menghindari halauan penjaga gawang.

## **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan menggunakan metode kuantitatif. Penelitian deskriptif merupakan penelitian yang berusaha mengungkapkan fakta suatu kejadian,

objek, aktivitas, proses dan manusia secara “apa adanya” pada waktu sekarang atau jangka waktu yang masih memungkinkan dalam ingatan responden (Prastowo, 2022). Populasi pada penelitian ini adalah sepak bola SSB Ubhor tahun 2023 sebanyak 20 orang, sedangkan sampel penelitian ini sebanyak 20 orang pemain yang akan diambil sebanyak 100% dari jumlah populasi.

Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap dan sistematis sehingga mudah diolah (Arikunto, 2013). Dalam penelitian ini metode yang dilakukan adalah survei dan tes untuk dapat mendapatkan data yang objektif. Agar pengumpulan data dapat sesuai dengan yang direncanakan, maka perlu disusun langkah-langkah yang sistematis dan jelas. Hal ini perlu dilakukan untuk menghindari terjadinya kesalahan pada saat pelaksanaan tes dan alat itu berupa indikator-indikator dari penilaian keterampilan *shooting* bola

Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik statistic deskriptif dalam bentuk presentase, untuk mengetahui tingkat kemampuan *shooting*. Selain itu siswa melakukan *shooting* atau tendangan ke arah gawang yang telah diatur skor bola yang masuk sebanyak 3 kali tendangan, kemudian dicatat hasil skor terbaik. Skor *shooting* hasil tendangan bola masuk ke gawang yang skornya tertinggi ditransformasikan ke dalam T score dan norma penilaian butir tes *shooting*. Setelah diketahui hasilnya, kemudian dikelompokkan menjadi lima kategori, sangat baik, baik, cukup, kurang dan kurang sekali.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis data deskriptif dimaksudkan untuk mendapatkan gambaran umum data penelitian. Analisis kemampuan tendangan shooting dalam permainan sepak bola pada atlet SSB Ubhor. Analisis deskriptif meliputi; total nilai, rata-rata, standar deviasi, range, maksimal dan minimum. Dari nilai-nilai statistik ini diharapkan dapat memberi gambaran umum tentang kemampuan tendangan shooting dalam permainan sepak bola pada atlet SSB Ubhor. Hasil analisis deskriptif dapat dilihat pada tabel 4.1 sebagai berikut;

**Tabel 1.** Hasil Analisis kemampuan tendangan shooting dalam permainan sepak bola pada atlet SSB Ubhor

Variabel	N	Sum	Mean	Stdv	Variance	Range	Min.	Max.
Kemampuan Shooting	20	1000	50,00	5,822	33,901	18,92	41,96	60,88

Hasil dari tabel 1 di atas yang merupakan gambaran kemampuan tendangan shooting dalam permainan sepak bola pada atlet SSB Ubhor dapat dikemukakan sebagai berikut:

- N atau jumlah data yang *valid* (sah untuk diproses) adalah 20 sampel , sedangkan data yang hilang (*missing*) adalah nol. Artinya semua data siap untuk diproses.
- Mean* atau nilai rata-rata kemampuan tendangan shooting dalam permainan sepak bola pada atlet SSB Ubhor yaitu 50,00.
- Standart deviation* adalah 5,822 dan *varian* yang merupakan kuadrat dari *standart deviation* adalah 33,901 penggunaan dari *standar deviasi* yaitu untuk menilai sebaran rata-rata sampel.
- Range* kemampuan tendangan shooting dalam permainan sepak bola pada atlet SSB Ubhor adalah 18,92 yang merupakan hasil pengurangan dari nilai maksimal dengan nilai minimum  $60,88 - 41,96 = 18,92$ .
- Sum* atau jumlah keseluruhan data kemampuan tendangan shooting dalam permainan sepak bola pada atlet SSB Ubhor adalah 1000.

**Tabel 2.** Hasil Uji Normalitas Data Kemampuan Tendangan Shooting dalam Permainan Sepak Bola pada Atlet SSB Ubhor

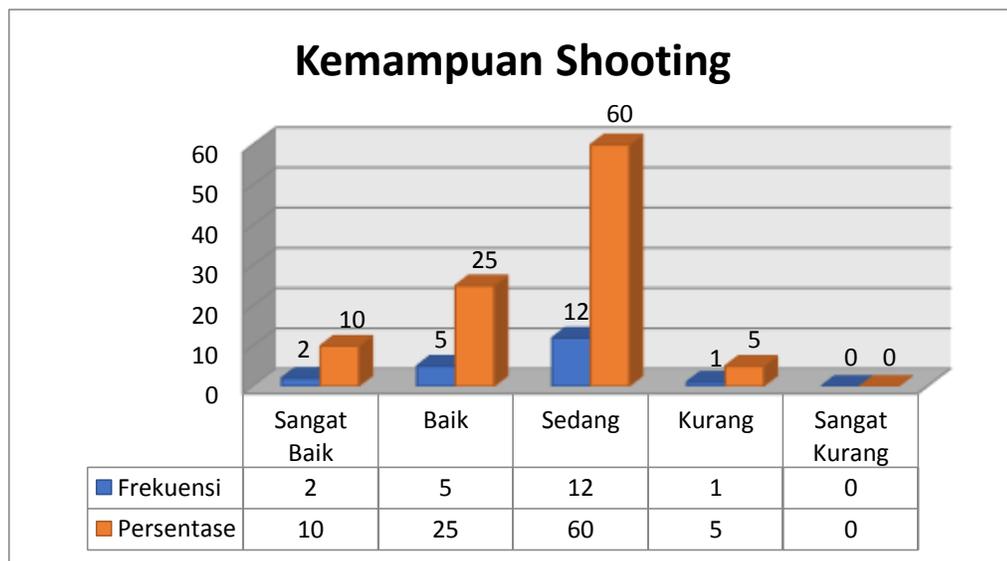
Variabel	N	KS-Z	Asymp. Sig	Ket
Kemampuan Shooting	20	0.118	0.200	Normal

Penjelasan dari tabel 2 di atas dapat dilihat sebagai berikut: Data kemampuan tendangan shooting dalam permainan sepak bola pada atlet SSB Ubhor, nilai *Kolmogorov – Smirnov* (KS-Z) diperoleh nilai 0.118 dan nilai asymp total 0.200. Nilai tersebut lebih besar dari nilai 0.05 ( $P > 0.05$ ). Dengan demikian data ini berdistribusi normal.

**Tabel 3.** Rekapitulasi Persentase Kemampuan Tendangan Shooting dalam Permainan Sepak Bola pada atlet SSB Ubhor

No	Jumlah Nilai	Kategori	Frekuensi	Pesentase
1	$X < 58,74$	Sangat Baik	2	10
2	$52,91 < X \leq 58,74$	Baik	5	25
3	$47,09 < X \leq 52,91$	Sedang	12	60
4	$41,27 < X \leq 47,09$	Kurang	1	5
5	$X > 41,27$	Sangat Kurang	0	0
Jumlah			20	100

Berdasarkan tabel 3 di atas, nampak bahwa persentase kemampuan tendangan shooting dari 20 atlet atau (100%), diperoleh hasil kategori baik sekali memiliki 2 atlet dengan persentase 10%, kategori baik memiliki 5 atlet dengan persentase 25%, kategori sedang memiliki 12 atlet dengan persentase 60%, kategori kurang memiliki 1 atlet dengan persentase 5% dan kategori kurang sekali memiliki 0 atlet dengan persentase 0%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kemampuan tendangan shooting dalam permainan sepak bola pada atlet SSB Ubhor berkategori “Sedang” dengan Persentase 60%. Untuk diagram dapat dilihat pada pada gambar 1 di bawah ini



**Gambar 1.** Diagram kemampuan tendangan shooting dalam permainan sepak bola pada atlet SSB Ubhor

Sepakbola telah menjadi olahraga paling populer di seluruh dunia. Olahraga ini hampir telah menyebar di Eropa, Amerika, Asia, bahkan Afrika. Khusus di Indonesia, sepakbola telah menjadi olahraga yang dekat dengan masyarakat. Di Indonesia, sepakbola telah dimainkan secara kompetitif di tingkat nasional sejak terbentuknya Persatuan Sepakbola Seluruh Indonesia

(PSSI). PSSI membuat kompetisi sepakbola sendiri pada 1931. Kala itu, kompetisi ini bernama Stedenwerd I yang diikuti oleh tujuh klub lokal anggota awal PSSI. Kompetisi pertama ini digelar di alun-alun Keraton Solo.

Sejak sukses menggelar kompetisi sepakbola pertama, PSSI mengadakan kompetisi rutin setiap tahun di beberapa kota besar sampai terhenti akibat pendudukan Jepang, Perang Dunia II, dan Perang Kemerdekaan Indonesia. Dulu, kompetisi di Indonesia bernama Perserikatan. Lalu, muncul Galatama. Kemudian, digabungkan menjadi Liga Indonesia pada 1994. Liga Indonesia terus bergulir hingga hari ini dengan berbagai perubahan nama maupun status. Sebut saja Divisi Utama, Indonesia Super League, Indonesia Premier League, hingga Liga 1.

PSSI sekarang ini telah memperluas jenis kompetisi dan pertandingan yang dinaunginya dengan berbagai level, baik divisi maupun usia. Semua ini dilakukan untuk mencari pemain-pemain nasional yang berkualitas di semua jenjang umur, baik itu putra maupun putri. Kompetisi sepakbola di Indonesia sekarang dibagi dalam tiga level, yaitu Liga 1, Liga 2, dan Liga 3. Ada pula Liga 1 Putri. Terdapat juga kompetisi junior seperti Elite Pro Academy U-16, U-18, U-21, serta Piala Soeratin.

Pemahaman mengenai teknik dasar sepak bola merupakan syarat wajib bagi kamu yang ingin menjadi pemain yang handal. Sebagaimana kamu ketahui, sepak bola adalah olah raga yang mengutamakan fisik kuat, kecepatan, dan strategi. Sejatinya, permainan sepak bola merupakan olah raga dengan peraturan yang sangat simpel. Tidak heran jika cabang olah raga ini jadi permainan yang paling terkenal di seluruh dunia. Dalam pertandingan sepak bola, masing-masing tim harus memasukkan bola ke gawang sebanyak-banyaknya. Tentunya, pertandingan tersebut tidak akan berjalan lancar apabila pemain tidak memahami teknik dasar dalam permainan sepak bola.

Teknik dasar permainan sepak bola merupakan gerakan yang dilakukan untuk menendang, menggiring, serta mengumpan bola. Berbekal teknik yang tepat, tentunya kita bisa menguasai bola dan area pertandingan. Cara ini akan memudahkan pemain melewati pemain lain dan mencetak gol untuk memenangkan pertandingan. Salah satu teknik yang harus dikuasai adalah teknik menendang (*shooting*).

Teknik dasar sepak bola ini sangat berguna untuk membobol gawang lawan. Teknik ini bisa dilakukan menggunakan kaki bagian luar dan dalam serta punggung kaki. Untuk memulainya, kamu harus memfokuskan pandangan ke arah target. Posisikan tubuh, letakkan satu kaki di samping bola. Gunakan tenaga untuk menganyunkan kaki dan menendang bola ke arah target. Semakin kamu telusuri sepak bola, maka kamu pasti akan menemukan berbagai varian dari *shooting*, seperti *finesse shot* (tendangan pisang ala David Beckham), *volley* (tendangan saat bola di oper dan belum menyentuh tanah), *lob* (ketika bola di lambungkan untuk melewati kiper), *bicycle kick* dan lainnya.

Menurut logika mora (2021) berdasarkan hasil penelitian tentang *shooting* dalam permainan sepak bola, untuk kemampuan *shooting* jumlah terbanyak pertama adalah dengan total skor tes ketepatan *shooting* 4 dengan presentase 28.57%, terbanyak kedua dengan total skor 6 dengan presentase 21.43%, kemudian terbanyak ketiga ialah dengan skor 2, 5 dan 7 dengan frekuensi 14.29%. Sedangkan untuk sampel yang memiliki jumlah terkecil adalah dengan total skor tes ketepatan *shooting* skor 8 dengan presentase masing-masing sebesar 7,14%. Jika dilihat dari perbedaan skor nilai ada korelasi terlihat bahwa kemampuan koordinasi yang baik memiliki kemampuan *shooting* yang baik.

Menurut Wibawa. H.N (2016) berdasarkan dari penelitiannya mengatakan bahwa pengaruh signifikan permainan target terhadap kemampuan *shooting* dalam permainan sepakbola pada siswa kelas khusus olahraga di SMA N 2 Playen Gunungkidul. 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.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang diteliti oleh peneliti, berdasarkan data yang telah diperoleh pada penelitian analisis kemampuan tendangan shooting dalam permainan sepak bola pada atlet SSB Ubhor, hal ini sesuai dengan hasil observasi dan hasil tes melakukan shooting dengan perolehan data sebagai berikut: persentase hasil data kemampuan shooting dari 20 atlet atau (100%), diperoleh hasil kategori baik sekali memiliki 2 atlet dengan persentase 10%, kategori baik memiliki 5 atlet dengan persentase 25%, kategori sedang memiliki 12 atlet dengan persentase 60%, kategori kurang memiliki 1 atlet dengan persentase 5% dan kategori kurang sekali memiliki 0 atlet dengan persentase 0%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kemampuan tendangan shooting dalam permainan sepak bola pada atlet SSB Ubhor berkategori "Sedang" dengan Persentase 60%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kemampuan tendangan shooting dalam permainan sepak bola pada atlet SSB Ubhor berkategori sedang.

### SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dipaparkan di atas maka diambil kesimpulan yaitu kemampuan tendangan shooting dalam permainan sepak bola pada atlet SSB Ubhor, diperoleh hasil kategori baik sekali memiliki 2 atlet dengan persentase 10%, kategori baik memiliki 5 atlet dengan persentase 25%, kategori sedang memiliki 12 atlet dengan persentase 60%, kategori kurang memiliki 1 atlet dengan persentase 5% dan kategori kurang sekali memiliki 0 atlet dengan persentase 0%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kemampuan tendangan shooting dalam permainan sepak bola pada atlet SSB Ubhor berkategori "Sedang" dengan Persentase 60%.

### DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu pendekatan Praktek*. Penerbit Rineka Cipta.
- Goyena, R., & Fallis, A. . (2019). Hubungan Panjang Tungkai Dan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Shootingpada Permainan Sepakbola Sma Negeri 2 Kotabaru. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Hasanuddin, D. (2022). *Tingkat Kebugaran Pemain Sepakbola porprov Kotabaru*. 0383, 45–56.
- Hasanuddin, M. I. (2018). Kontribusi antara kecepatan, kelincahan dan koordinasi mata-kaki dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola pada siswa mts negeri 1 Kotabaru. *CENDEKIA Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 6(1), 96–119.
- Karola, R. H., & Padli. (2021). Teknik Shooting Dalam Sepakbola. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 10(1), 6–12.
- Nurchahyo, P. J., Festiawan, R., Kusnandar, Yoda, I. K., yanto, A., & Adi Santika, I. G. (2021). Study In Banyumas District: Is The Learning Materials Of Football In School Already Oriented To High Order Thinking Skill? *Annals of Tropical Medicine & Public Health*, 24(03). <https://doi.org/10.36295/asro.2021.24366>
- Prastowo, A. (2022). *Memahami Metode-Metode Penelitian*. Ar-Ruzz Media.
- Putra, A. N., Lawanis, H., 'ala, F., & Bahtra, R. (2022). Efektivitas Model Latihan Small Sided Games Terhadap Peningkatan Keterampilan Teknik Dasar Sepakbola Siswa Ssb Usia 12 Tahun. *Sporta Sainatika*, 7(1), 111–120. <https://doi.org/10.24036/sporta.v7i1.218>
- Rizky, E. (2020). Analysis Of Soccer Shooting Skills: Effects Of Power And Self-Confidence Athletes.: Analisis Keterampilan Shooting Sepak Bola: Peran Dari Kekuatan Dan Rasa .... *Inspiree*, 01(01), 22–31.
- Sucipto, D. (2000). *Sepakbola*. Departemen Pendidikan Nasional, Direktorat Jendra Pendidikan Dasar dan Menengah.

- Suryadi, D., & Rubiyatno. (2022). Peningkatan Kemampuan Shooting Permainan Sepak Bola Melalui Latihan Kekuatan Otot Tungkai. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 8(2), 237–246.
- Syahputra, E., Bina, U., Getsempena, B., & Bola, P. S. (2023). *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Volume 4, Nomor 1, Maret 2023 EVALUASI TEHNIK DASAR SHOOTING PADA U12 PEMAIN SEPAK BOLA*. 4(1), 1–13.