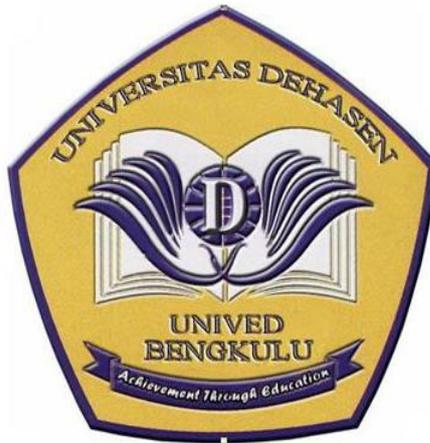


**TINGKAT KEMAMPUAN *SHOOTING* DALAM  
PERMAINAN SEPAKBOLA PADA CLUB  
AS 2000 FC DI BENGKULU SELATAN**



**SKRIPSI**

**OLEH:**

**ARIYAN PAROZI**  
**NPM. 19190069**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS DEHA SEN  
BENGKULU  
2023**

**LEMBAR PERSETUJUAN**

**TINGKAT KEMAMPUAN *SHOOTING* DALAM  
PERMAINAN SEPAKBOLA PADA CLUB  
AS 2000 FC DI BENGKULU SELATAN**

**SKRIPSI**

**OLEH**

**ARIYAN PAROZI**  
**NPM. 19190069**

*Telah Disetujui dan Disahkan  
Oleh Dosen Pembimbing untuk ujian Skripsi*

Bengkulu, Juni 2023

Pembimbing I,

**Dr. Citra Dewi, M.Pd**  
NIDN. 0204048005

Pembimbing II,

**Aji Sumantri, M.Pd, AIFO**  
NIDN: 0202018604

Mengetahui  
Ketua Program Studi Penjas  
Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan (FKIP)  
Universitas Dehasen, Bengkulu

**Martiani, S.Pd, M.TPd**  
NIK. 1703153

**LEMBAR PENGESAHAN**  
**TINGKAT KEMAMPUAN SHOOTING DALAM**  
**PERMAINAN SEPAKBOLA PADA CLUB**  
**AS 2000 FC DI BENGKULU SELATAN**

**SKRIPSI**  
**OLEH**  
**ARIYAN PAROZI**  
**NPM. 19190069**

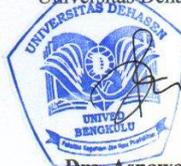
Telah Disahkan Oleh Dosen Penguji  
Pada Tanggal 23 Mei 2023  
Dan Dinyatakan Lulus

**SUSUNAN DEWAN PENGUJI**

No	Kedudukan	Nama	NIDN	Tanda Tangan	Tanggal
1	Ketua	Dr. Citra Dewi, M.Pd	0204048005		06/06-2023
2	Sekretaris	Ajis Sumantri, M.Pd, AIFO	0202018604		06-06-2023
3	Penguji I	Mariska Febrianti, S.S., M.Pd	0206029201		06-06-2023
4	Penguji II	Martiani, S.Pd, M.TPd	0202039202		06-06-2023

Bengkulu, 23 Mei 2023

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Dehasen Bengkulu



  
**Dra. Asnawati, M.Kom**  
**NIK. 1703007**

### PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ariyan Parozi  
NPM : 19190069  
Program Studi : Pendidikan Jasmani  
Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP)

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar karya saya sendiri dan bukan merupakan plagiasi baik sebagian atau seluruhnya. Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan skripsi yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah, dan etika penulisan ilmiah.

Apabila di kemudian hari terbukti atau dibuktikan bahwa skripsi ini hasil plagiasi baik sebagian atau seluruhnya, maka saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya sandang dan sanksi-sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Bengkulu, Mei 2023



Ariyan Parozi  
NPM. 19190069

## ABSTRAK

### TINGKAT KEMAMPUAN *SHOOTING* DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA PADA CLUB AS 2000 FC DI BENGKULU SELATAN

Oleh:

Ariyan Parozi<sup>1</sup>

Citra Dewi<sup>2</sup>

Ajis Sumantri<sup>3</sup>

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan *shooting* dalam Permainan Sepakbola pada Club As 2000 Fc di Bengkulu Selatan. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif kualitatif. Sampel penelitian berjumlah 25 orang. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah Tes *shooting* Sepakbola. Dimana Hasil tingkat kemampuan *shooting* dalam Permainan Sepakbola pada Club As 2000 Fc di Bengkulu Selatan dalam penelitian ini menunjukkan pada klasifikasi “baik” hingga “kurang sekali”. Kemudian dimana hasil dari akhir Tes kemampuan *shooting* dalam Permainan Sepakbola pada Club As 2000 Fc di Bengkulu Selatan, sebagai berikut: bahwa dari 25 orang pemain di Club As 2000 Fc Selatan. Sebanyak 7 orang (28%) memiliki kategori kurang. Sebanyak 12 orang (48%) memiliki kategori cukup. Sebanyak 5 orang (20%) memiliki kategori baik dan sebanyak 1 orang (4%) memiliki kategori baik sekali. Dapat disimpulkan berdasarkan data tersebut bahwa tes kemampuan *shooting* permainan sepakbola pada Club As 2000 Fc di Bengkulu Selatan dalam kategori Cukup yakni sebanyak 12 Atlet atau dengan Persentase sebesar 48%.

**Kata kunci: : *Shooting*, Permainan Sepakbola**

**ABSTRACT**

**THE SHOOTING SKILLS LEVELS IN FOOTBALL  
GAME AT CLUB AS FC IN SOUTH BENGKULU**

**By :**  
**Ariyan Paroz<sup>1</sup>**  
**Citra Dewi<sup>2</sup>**  
**Ajis Sumantra<sup>2</sup>**

*This study aims to determine the ability to shoot in a football game at Club As 2000 Fc in South Bengkulu. This type of research is qualitative descriptive research. The research sample was 25 people. The instrument used in this study was the Football shooting test. The results of the level of shooting ability in soccer games at Club As 2000 Fc in South Bengkulu in this study show the classification of "excellent" to "inadequate". The results of the final shooting ability test in a soccer game at Club As 2000 Fc in South Bengkulu are as follows: there are 25 players at Club As 2000 Fc South, and 7 of the players (28%) are in the poor category. 12 players (48%) are in the good category, 5 players (20%) are in the very good category, and 1 player (4%) is in the excellent category. It can be concluded based on these data that the football game shooting ability test at Club As 2000 Fc in South Bengkulu is in a good category, which is 12 athletes with a percentage of 48%.*

*Keywords: Shooting, Football Game.*

*1.) Student*

*2.) Supervisors*



July 1st, 2023



## KATA PENGANTAR

Alhmdullilah puji syukur penulis sampaikan hanya untuk Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat serta karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Tingkat Kemampuan *Shooting* dalam Permainan Sepakbola pada Club As 2000 Fc di Bengkulu Selatan”**. Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memenuhi sebagian persyaratan guna memperoleh gelar sarjana kependidikan.

Dalam proses penyelesaian skripsi ini, penulis banyak mendapatkan bimbingan serta kerja sama dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih dan penghargaan terutama kepada :

1. Prof. Dr. Husaini, SE., M.Si., Ak, CA, CRP selaku Rektor Universitas Dehasen Bengkulu.
2. Dra. Asnawati, M.Kom Selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Dehasen Bengkulu.
3. Martiani, S.Pd, M.TPd selaku Ketua Prodi Pendidikan Jasmani Universitas Dehasen Bengkulu serta sebagai Penguji II yang telah memberikan bimbingan serta motivasi dalam penyusunan skripsi.
4. Dr. Citra Dewi, M.Pd selaku dosen Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan serta motivasi dalam penyusunan skripsi.
5. Ajis Sumantri, M.Pd, AIFO, selaku pembimbing II yang telah memberikan bimbingan serta motivasi dalam penyusunan skripsi.
6. Mariska Febrianti, S.S., M.Pd selaku penguji I yang telah memberikan masukan-masukan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

7. Seluruh dosen dan staf administrasi yang tidak dapat disebutkan satu persatu dalam membantu pelayanan kepada penulis dapat menyelesaikan skripsi.
8. Rekan-rekan mahasiswa program studi pendidikan jasmani FKIP UNIVED yang telah membantu penulis berupa doa selama proses perkuliahan hingga penyelesaian skripsi.

Penulis menyadari bahwa dalam pembuatan skripsi ini masih banyak terdapat kekurangan dan kelemahan baik dari segi materi maupun penyusunannya. Untuk itu penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi kesempurnaan skripsi ini.

Bengkulu, Mei 2023

Ariyan Parozi  
NPM. 19190069

## **MOTTO**

“GAGAL BERASAL DARI RASA TAKUT YANG TIDAK DILAWAN DAN  
JANGAN MEMULAI SESUATU JIKA ADA KERAGUKAN DIDALAMNYA”.

(By: **Ariyan Parozi**)

## **PERSEMBAHAN**

Dengan mengucapkan Alhamdulillah setitik keberhasilan dan cita-cita telah saya rah Namun perjalanan masih sangatla panjang. Karena satu jalan telah ku lalui namun hal ini tidak membuatku menjadi tinggi, dan sepeggal dari tanda baktiku kepada orang tua ku, mereka tidak peduli hujan badai maupun panas, dan tak pernah lelah dalam bekerja. Karena kalian berdua, hidup terasa begitu mudah dan penuh kebahagiaan. Terima kasih karena selalu menjaga saya dalam doa-doa ayah dan ibu serta selalu membiarkan saya mengejar impian saya apa pun itu.

**Maka dari itu Skripsi ini aku persembahkan untuk:**

- ❖ **Skripsi ini saya persembahkan untuk ayah dan ibu saya dimana merekalah yang telah mengisi dunia saya dengan begitu banyak kebahagiaan sehingga seumur hidup tidak cukup untuk menikmati semuanya.**
- ❖ **Untuk kawan-kawan Penjas Dehasen terima kasih atas motivasi dan semangatnya.**
- ❖ **Untuk teman sejawat dan Pelatih di Club As 2000 Fc di Bengkulu Selatan yang telah memabantu saya dalam melakukan penelitian.**
- ❖ **Seluruh kerabat dan family yang memberikan motivasinya.**
- ❖ **Almamaterku yang tercinta.**

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>v</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>vii</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>ix</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN .....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	4
C. Batasan Masalah .....	4
D. Rumusan Masalah .....	4
E. Tujuan Penelitian .....	5
F. Manfaat Penelitian .....	5
1. Manfaat Teoritis .....	5
2. Manfaat Praktis .....	5

## **BAB II LANDASAN TEORI**

A. Deskripsi Teori .....	6
B. Hasil Penelitian yang Relevan .....	22
C. Kerangka Berfikir .....	24

## **BAB III METODOLOGI PENELITIAN**

A. Metode Penelitian.....	26
B. Definisi Operasional Variabel.....	26
C. Populasi dan Sampel .....	27
D. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data .....	28
1. Instrumen.....	28
2. Teknik Pengumpulan Data.....	30
E. Teknik Analisis Data.....	30

## **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

A. Deskripsi Data.....	32
B. Pembahasan.....	34

## **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Simpulan .....	36
B. Saran.....	37

<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>38</b>
-----------------------------	-----------

<b>LAMPIRAN.....</b>	
----------------------	--

## DAFTAR TABEL

	<b>Halaman</b>
3.1 Skor Penilaian <i>Shooting</i> .....	30
4.1 Data Hasil Tes Kemampuan <i>Shooting</i> Permainan Sepakbola.....	33
4.2 Distribusi Frekuensi Tes Kemampuan <i>Shooting</i> Permainan Sepakbola....	33

## DAFTAR GAMBAR

	<b>Halaman</b>
2.1 Kerangka Berpikir .....	25
2.2 <i>Passing</i> dalam Permainan Sepakbola .....	11
2.3 <i>Dribbling</i> dalam Permainan Sepakbola .....	12
2.4 <i>Controlling</i> dalam Permainan Sepakbola.....	13
2.5 <i>Heading</i> dalam Permainan Sepakbola .....	14
2.6 Ukuran Lapangan Sepakbola .....	21
3.1 Tes <i>Shooting</i> .....	29
4.1 Diagram Batang Klasifikasi Tes Kemampuan <i>Shooting</i> Permainan Sepakbola di Club As 2000 Fc Selatan .....	34

## DAFTAR LAMPIRAN

	<b>Halaman</b>
Hasil Tes <i>Shooting</i> Sepakbola di Club As 2000 Fc di Bengkulu Selatan.....	41

## RIWAYAT HIDUP PENULIS



Nama : ARIYAN PAROZI  
NIM : 19190069  
T/TL : Puding, 28 Desember 1999  
Agama : Islam  
Alamat : Desa Puding Kec. Pino Kab. B/S  
Ayah : M. SAIPUDIN  
Ibu : RAISA

Riwayat Pendidikan :

- ✓ SDN 106 Bengkulu Selatan Tahun 2012/2013
- ✓ SMPN 28 Bengkulu Selatan Tahun 2016/2017
- ✓ SMAN 03 Bengkulu Selatan Tahun 2019/2020
- ✓ S1 PENJAS Universitas Dehasen Bengkulu

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Sepakbola merupakan cabang olahraga yang sangat digemari oleh berbagai kalangan masyarakat mulai dari anak-anak, remaja, maupun orangtua. Bahkan sekarang sepakbola digemari dan dimainkan oleh kaum wanita. Dalam memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat, sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang diprioritaskan untuk dibina. Seiring perkembangan zaman maka sepakbola juga mengalami perubahan terutama terlihat sekali pada peraturan pertandingan, perlengkapan lapangan, kelengkapan pemain, perwasitan, dan organisasi sepakbola. Kesemuanya itu bertujuan agar sepakbola lebih bisa dinikmati, digemari dan menjadi suatu suguhan. Bagi pemain sendiri di lapangan pemain lebih aman dan terlindungi dalam mengekspresikan keterampilannya dalam mengolah bola.

Selanjutnya permainan sepakbola merupakan permainan yang mempunyai satu tujuan, yaitu menjadi pemenang dengan cara mencetak gol dan berusaha untuk mencegah lawan mencetak gol dengan cara yang sesuai dengan peraturan permainan. Jangan pernah membicarakan tentang taktik dan strategi permainan untuk memenangkan suatu pertandingan jika pemain tidak menguasai teknik dasar dalam permainan sepakbola. Karena dalam situasi permainan sepakbola, setiap pemain pasti bersentuhan dengan bola, apabila

pemain tidak menguasai teknik dasar yang baik maka lawan akan mudah merebut dan menguasai permainan (Kusuma 2016:1).

Dalam permainan sepakbola memerlukan teknik dasar, hal ini dikarenakan penguasaan teknik dasar bermain sepakbola merupakan modal utama untuk bermain sepakbola, dalam permainan sepakbola teknik dasar mutlak harus dikuasai oleh seorang pemain. Dimana dalam permainan sepakbola terdapat beberapa teknik dasar yang harus dikuasai seorang pemain sepakbola, seperti mengoper (*passing*), menerima (*control*), mengumpan lambung (*chipping*), menggiring (*dribbling*), menendang ke arah gawang (*shooting*), menyundul (*heading*), tangkapan (*catch*), *clearing*.

Dalam sepakbola, gol merupakan tujuan dalam permainan dan juga sekaligus merupakan saat yang paling dinantikan oleh para pemain dan juga penonton. Lebih dari 70% gol-gol yang terjadi berasal dari *shooting* atau tembakan ke arah gawang lawan, sehingga dapat dikatakan *shooting* merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan sepak bola yang harus diajarkan kepada siswa sekolah agar dapat bermain sepak bola dengan baik. *Shooting* atau tembakan dapat dilakukan dengan hampir semua bagian kaki, akan tetapi secara teknis agar bola dapat ditendang dengan baik, *shooting* atau tembakan diusahakan menggunakan punggung kaki atau kura-kura kaki, sisi kaki bagian dalam, sisi kaki bagian luar, punggung kaki bagian dalam, dan punggung kaki bagian luar (Ramos,dkk 2017:45).

Berdasarkan survei yang dilakukan saat pelaksanaan latihan yang dilakukan di Club sepakbola As 2000 Fc di Bengkulu Selatan materi yang

diajarkan saat latihan antara lain: pemanasan, latihan teknik dasar meliputi *dribbling, passing, controlling, heading, shooting* ke gawang. Dimana jadwal latihan Club sepakbola As 2000 Fc di Bengkulu Selatan dilakukan seminggu tiga kali yaitu pada hari senin, rabu dan sabtu, pada saat pengamatan yang dilakukan peneliti banyak pemain di Club sepakbola As 2000 Fc di Bengkulu Selatan melakukan kesalahan pada teknik dasar terutama pada teknik dasar *shooting* seperti menendang asal-asalan, tidak mengarah ke gawang saat *shooting* serta mudah ditangkap oleh penjaga gawang akibat *shooting* terlalu lemah, padahal *shooting* merupakan salah satu syarat yang dibutuhkan untuk menjadi pemain sepakbola profesional. Dimana *shooting* yang baik dapat digunakan untuk mencetak banyak gol terutama untuk pemain depan.

Di Club sepakbola As 2000 Fc di Bengkulu Selatan mempunyai sarana dan prasarana yang cukup memadai terutama untuk kegiatan penunjang untuk latihan sepakbola seperti lapangan, peralatan, maupun kelengkapan lainnya. Hampir semua peralatan sepakbola tersedia. Akan tetapi dari segi penggunaannya belum dimanfaatkan secara optimal sebagai upaya meningkatkan kemampuan dasar permainan sepakbola terutama kemampuan *shooting*. Padahal dengan tersedianya sarana dan prasarana seperti ini club lebih bisa memanfaatkan sarana prasarananya. Berdasarkan permasalahan di atas maka perlu diadakan penelitian untuk mengetahui bagaimana “Tingkat Kemampuan *shooting* dalam permainan Sepakbola pada Club As 2000 Fc di Bengkulu Selatan”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah memberikan maka dapat diidentifikasi permasalahan dalam penelitian ini ada adalah :

1. Belum diketahuinya tingkat Kemampuan *shooting* dalam permainan Sepakbola pada Club As 2000 Fc di Bengkulu Selatan.
2. Belum diketahuinya tingkat penguasaan Kemampuan *shooting* dalam permainan Sepakbola pada Club As 2000 Fc di Bengkulu Selatan.
3. Kurangnya pengobtimalan sarana dan prasarana yang ada pada Club As 2000 Fc di Bengkulu Selatan.

## **C. Batasan Masalah**

Dalam penelitian ini penulis hanya akan mengkaji permasalahan Kemampuan *shooting* dalam permainan Sepakbola pada Club As 2000 Fc di Bengkulu Selatan.

## **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan Latar Belakang di atas, maka rumusan masalah yang dapat diambil adalah "Bagaimanakah Tingkat Kemampuan *shooting* dalam permainan Sepakbola pada Club As 2000 Fc di Bengkulu Selatan?"

## **E. Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Kemampuan *shooting* dalam permainan Sepakbola pada Club As 2000 Fc di Bengkulu Selatan.

## **F. Manfaat penelitian**

Berdasarkan ruang lingkup dan permasalahan yang diteliti penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat sebagai berikut :

### **1. Manfaat teoritis**

- a. Penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai bentuk latihan *shooting* dalam permainan Sepakbola pada Club As 2000 Fc di Bengkulu Selatan.
- b. Penelitian ini diharapkan menambah pengetahuan dan masukan untuk mengembangkan permainan sepakbola.

### **2. Manfaat praktis**

- a. Bagi pemain Sepakbola pada Club As 2000 Fc di Bengkulu Selatan penelitian ini dapat meningkatkan keterampilan *shooting* dalam permainan sepakbola.
- b. Penelitian ini diharapkan menjadi pedoman bagi pihak yang bersangkutan dalam proses pembinaan sepakbola agar terciptanya prestasi.

## **BAB II**

### **KAJIAN TEORI**

#### **A. Deskripsi Teori**

##### **1. Hakikat Kemampuan**

Secara umum kemampuan dianggap sebagai kecakapan atau kesanggupan seseorang dalam menyelesaikan atau menyanggupi suatu pekerjaan. Menurut Indra Sakti (2011:69) kemampuan merupakan kapasitas seorang individu untuk mengerjakan berbagai tugas dalam suatu pekerjaan. Kemampuan seseorang pada hakekatnya tersusun dari dua perangkat faktor yaitu kemampuan intelektual dan kemampuan fisik. Kemampuan intelektual yaitu kemampuan yang diperlukan untuk menjalankan kegiatan mental. Enam dimensi yang menyusun kemampuan intelektual adalah : “1) Kemampuan numeris, 2) Pemahaman verbal, 3) Kecepatan perseptual, 4) Penalaran induktif, 5) Penalaran deduktif, 6) visualisasi ruang, 7) Ingatan.”

Kemudian Siwi Puji (2015:71) kemampuan adalah kesanggupan, kecakapan, kekuatan kita berusaha dengan diri sendiri dan kemampuan sebagai suatu dasar seseorang yang dengan sendirinya berkaitan dengan pelaksanaan pekerjaan secara efektif atau sangat berhasil. Sedangkan Nurul Hayati (2019:7) mengatakan bahwa kemampuan mempunyai arti kesanggupan, kecakapan, kekuatan dalam melakukan suatu tindakan atau kegiatan serta kemampuan juga dapat dikatakan perilaku rasional untuk mencapai tujuan yang dipersyaratkan sesuai dengan kondisi yang diharapkan.

Dari beberapa pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa kemampuan merupakan kesanggupan, kecakapan, kekuatan dalam melakukan sesuatu dindakan atau kegiatan untuk mencapai tujuan yang dipersyaratkan sesuai dengan kondisi yang diharapkan (nasional).

## **2. Hakikat Permainan Sepak Bola**

Sepakbola merupakan permainan yang sangat disenangi, sepakbola merupakan olahraga yang merakyat karena itu olahraga sepakbola mudah dijumpai baik dikota maupun didesa-desa. Menurut Reki Siaga (2020:1) sepakbola merupakan permainan yang dimainkan oleh dua tim yang masing-masing tim terdiri atas 11 orang pemain, yang lazim disebut kesebelasan, dimana masing-masing tim berusaha memasukan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan berusaha mempertahankan gawangnya sendiri agar tidak kemasukan bola sesuai dengan FIFA *law of the game*. Berbeda halnya dengan pendapat Muhajir dalam Fadli, (2019:7) yang menjelaskan bahwa sepakbola merupakan suatu permainan yang dilakukan dengan cara menendang bola, yang bertujuan untuk memasukkan bole ke gawang lawan dengan mempertahankan gawang agar tidak kebobolan. Di dalam permainan sepakbola, setiap pemain diperbolehkan untuk menggunakan seluruh anggota tubuhnya lengan, hanya penjaga gawang yang diperbolehkan menggunakan lengan dan kaki.

Kemudian Harris (2017:7) menjelaskan Sepakbola adalah suatu permainan yang dilakukan dengan jalan menyepak bola kian-kemari untuk diperebutkan di antara pemain-pemain, yang mempunyai tujuan untuk

memasukkan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri agar tidak kemasukan bola. Di dalam memainkan bola, setiap pemain diperbolehkan menggunakan seluruh anggota badan kecuali tangan dan lengan. Hanya penjaga gawang yang diperbolehkan memainkan bola dengan kaki dan tangan di daerah gawang. Sepakbola merupakan permainan beregu yang masing-masing regu terdiri dari sebelas pemain. Biasanya permainan sepakbola dimainkan dalam dua babak (2x45 menit) dengan waktu istirahat 10 menit di antara dua babak tersebut. Selanjutnya menurut Wawan (2015:13) permainan sepakbola adalah permainan 11 lawan 11 yang dipimpin seorang wasit dibantu 2 orang asisten wasit, serta satu wasit cadangan. Permainan berlangsung pada lapangan berukuran panjang 100 m – 110 m dan lebar 64 m – 75 m dalam permainan akan terjadi kontak langsung antar pemain satu kesebelasan dengan kesebelasan yang lain. Seorang pemain sepakbola agar bisa bermain dengan baik harus menguasai keterampilan bermain sepakbola. Adapun keterampilan bermain sepakbola yang harus dikuasai setiap pemain sepakbola ialah *passing, dribbling, ball control, shooting*.

Sucipto dalam Amansyah dkk (2015:24) sepakbola merupakan suatu permainan yang dimainkan oleh dua tim dimana masing-masing tim terdiri dari sebelas pemain dan salah satunya adalah penjaga gawang. Permainan ini hampir seluruhnya dimainkan dengan menggunakan tungkai, kadang kala menggunakan kepala dan dada, khusus penjaga gawang diperbolehkan untuk menggunakan tangan di daerah kotak enam belas meter/area penalti. Dalam pertandingan sepakbola digunakan bola berbentuk bulat yang terbuat dari

kulit dan lapangan persegi panjang. Permainan sepakbola dipimpin oleh wasit dan dua hakim garis yang mempunyai wewenang penuh untuk menjalankan pertandingan sesuai dengan peraturan permainan. Pertandingan dilangsungkan dalam dua babak diselingi dengan waktu istirahat. Tim yang menjadi pemenang adalah tim yang lebih banyak memasukkan bola ke dalam gawang lawannya.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa sepakbola adalah olahraga menggunakan bola yang dimainkan oleh dua tim yang masing-masing beranggotakan 11 (sebelas) orang bertujuan untuk memasukkan bola ke dalam gawang lawan, tanpa menggunakan tangan atau lengan. Tim yang mencetak gol terbanyak adalah pemenang.

### **3. Teknik Dasar Permainan Sepak Bola**

#### **a. *Passing***

Passing merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan sepakbola. Passing pada dasarnya merupakan upaya untuk memindahkan bola dari satu tempat ke tempat yang lain. Seperti dikemukakan Amansyah dkk (2015:26) mengatakan “*passing* bola merupakan suatu usaha untuk memindahkan bola dari kaki pemain ke kaki pemain lain, dengan cara menendangnya”. mengatakan “*passing* bola merupakan suatu usaha untuk memindahkan bola dari kaki pemain ke kaki pemain lain, dengan cara menendangnya”. Sedangkan Reki Siaga (2020:29) menjelaskan bahwasanya *passing* merupakan salah satu teknik bermain sepakbola yang penting untuk dapat dikuasai, karena dengan teknik ini

permainan lebih efektif dari pada banyak menggiring bola. Dengan *passing*, kita bias menghubungkan permainan ke semua daerah lapangan.

Selanjutnya Reki Siaga (2020:29) juga mengatakan tipe *passing* berdasarkan jarak terbagi 3 jenis, yaitu:

- 1) Jarak pendek disebut *short pass*, yaitu antara 0 meter sampai dengan 4 meter atau 10-12 *feet*.
- 2) Jarak menengah disebut *medium pass*, yaitu 4 meter sampai 10 meter atau 10-30 *feet*.
- 3) Jarak jauh disebut *long pass*, yaitu di atas 10 meter atau lebih dari 10 *feet*.

Dimana dari pendapat tersebut menunjukkan, *passing* berfungsi memindahkan bola dari satu pemain ke pemain lain, paling baik dilakukan dengan kaki, tetapi bagian tubuh lain juga bias digunakan terkecuali tangan dan *passing* yang baik sangat berperan penting untuk membuka ruangan saat melakukan penyerangan terhadap tim lawan dan dapat mendukung menciptakan gol ke gawang lawan. Kebanyakan *passing* dilakukan dengan menggunakan kaki bagian dalam oleh seorang pemain sepakbola saat bertanding.



Gambar 2.1. *Passing* dalam Permainan Sepakbola  
Amansyah dkk (2015:27)

#### b. *Dribbling*

Istilah lain bagi teknik menggiring bola adalah *dribbling*. Dimana Harris (2017:7) mengatakan Gerakan menggiring bola tentu adalah dasar yang juga penting di mana Anda perlu menggunakan kaki membawa bola untuk masuk ke area tim lawan dan sampai bisa menerobos hingga pertahanan tim lawan untuk menciptakan peluang mencetak gol. Pemain sepak bola yang baik juga perlu menguasai teknik dasar menggiring bola dan memang wajib bagi setiap pemain sepak bola untuk menguasai skill individu satu ini. Ini karena Anda bakal menggiring bola tersebut saat dalam permainan Anda tak punya kesempatan untuk mengoper kepada teman setim. Diketahui ada 2 tipe menggiring bola berdasarkan situasinya, yakni:

- 1) *Speed Dribbling* – Teknik menggiring bola ini perlu pemain lakukan dengan melakukan tendangan bola ke depan. Kemudian kejar sambil

berlari cepat, hanya saja harus bebas dari desakan pemain dari tim lawan.

- 2) *Closed Dribbling* – Teknik menggiring bola ini perlu pemain lakukan ketika sedang dihipit oleh pemain dari tim lawan. Jadi, tipe menggiring bola ini harus dilakukan saat tak aman dan perlu tetap mengendalikan bola secara penuh. Pada teknik ini, tidak dianjurkan untuk bola jauh dari Anda > 1 meter.



Gambar 2.2. *Dribbling* dalam Permainan Sepakbola  
Harris (2017:14)

### c. *Controlling*

Keterampilan gerak merupakan perwujudan dari kualitas koordinasi dan control tubuh dalam melakukan gerak. Keterampilan gerak diperoleh melalui proses belajar yaitu dengan cara memahami gerakan dan melakukan gerak berulang-ulang dengan kesadaran akan benar tidaknya gerakan yang telah dilakukan. Salah satu keterampilan yang harus dimiliki dalam permainan sepakbola adalah control, dimana Muhammad Fadli (2019:4) mengatakan bahwa kontrol merupakan kemampuan pemain saat menerima bola, kemudian berusaha

menguasainya sampai saat pemain tersebut akan mengoper bola kepada temanya. Tujuan menghentikan bola selain mengumpan adalah mengatur tempo permainan, mengalihkan laju permainan, dan memudahkan *passing*.



Gambar 2.3. *Controlling* dalam Permainan Sepakbola  
Harris (2017:16)

#### d. *Heading*

Istilah untuk teknik dasar ini adalah *heading* di mana Harris (2017:21) mengatakan tujuan *heading* adalah untuk mengoper, membuang bola, mematahkan serangan dari tim lawan, serta mencetak gol. Dalam latihan dasar, pemain sangat perlu belajar menyundul bola menggunakan dahi. Posisi tubuh pemain ketika menyundul bola dapat berada dalam posisi melompat atau sambil berdiri saja. Penting untuk disadari oleh pemain juga bahwa bukan bola yang mengenai pemain, melainkan pemainlah yang menyundul bola ketika bola datang ke arahnya. Penyundulan dilakukan dengan dahi dan bukan dengan ubun-ubun kepala.



Gambar 2.4. *Heading* dalam Permainan Sepakbola  
Harris (2017:20)

#### 4. Sarana dan Prasarana Permainan Sepakbola

##### a. Sarana sepakbola

Menurut Yoga Lucky (2016:12) “Sarana berlatih adalah semua alat dan perlengkapan yang dibutuhkan dalam proses berlatih melatih di klub sepakbola”. Sarana berlatih dalam sepakbola, seperti:

##### 1) Bola

Bola adalah bangun ruang sisi lengkung yang dibatasi oleh satu bidang lengkung. Bola didapatkan dari bangun setengah lingkaran yang diputar satu putaran penuh atau 360 derajat pada garis tengahnya. Bola sepak dijual dengan berbagai merek, yang sering sama dengan merek sepatu dan pakaiannya. Bola sepak dibuat dari bahan kulit berkualitas tinggi, tetapi kebanyakan orang menggunakan bola yang dibuat dari bahan sintetis yang lebih murah. Bola sepak memiliki ukuran 3, 4, dan 5. Bola ukuran 5 digunakan untuk usia 12 ke atas. Bola ukuran 3 dan 4 lebih kecil dan lebih sesuai untuk pemain anak-anak.

Bola sepakbola berbentuk bulat dan terbuat dari kulit atau bahan lainnya yang disetujui. Bola FIFA yang resmi berdiameter 68 centimeter hingga 70 centimeter dan beratnya antara 410 gram hingga 450 gram (Yoga Lucky, 2016:12).

## 2) **Cones**

Alat yang terbuat dari plastik, berbentuk lancip (kerucut) di bagian atasnya, dan digunakan untuk menandai suatu area. Cone biasanya berwarna cerah, misal kuning. Cones terbuat dari bahan biji plastik murni, ketinggian kerucut dari dasar 30 cm, diameter dasar kerucut 14 cm, ukuran landasan 16 cm x 16 cm, dan mempunyai ketebalan 2 mm (Yoga Lucky, 2016:12).

## 3) **Boundary pole (pancang)**

Boundary pole adalah tiang-tiang untuk melatih kelincahan pemain sepakbola. Tiang terbuat dari pipa dengan diameter 25 mm panjang 150 cm, dan panjang besi untuk ditanam 10 cm. Warna yang digunakan adalah warna yang cerah seperti warna hijau. Sekolah sepakbola bisa membuat alat yang dimodifikasi sendiri menyerupai aslinya (Yoga Lucky, 2016:13).

## 4) **Rompi**

Rompi adalah baju luar yang tidak berlengan. Jadi, segala baju yang tidak berlengan dan dipakai sebagai pakaian tambahan di luar baju utama bisa di namakan rompi. Sedangkan rompi sepakbola adalah baju yang tidak berlengan dipakai sebagai tambahan baju

utama yang memiliki warna cerah yang digunakan untuk membedakan warna baju latihan (Yoga Lucky, 2016:13).

#### 5) **Tangga Ketangkasan (*Ladder speed*)**

Tangga ketangkasan adalah tangga yang digunakan untuk meningkatkan kekuatan, kelincahan, dan kecepatan gerak. Dengan berlatih tangga ketangkasan akan membantu meningkatkan berbagai aspek gerakan dasar olahraga seperti dalam meningkatkan keseimbangan tubuh, gerakan reflex, daya tahan otot, kecepatan reaksi dan koordinasi antar bagian tubuh. Selain manfaat fisik, latihan tangga ketangkasan secara berkesinambungan akan membantu dalam meningkatkan sistem saraf, stamina tubuh dan kekuatan otot kaki.

Latihan tangga ketangkasan bukan hanya digunakan dalam latihan sepakbola, tangga ketangkasan membantu dalam semua cabang olahraga dan karenanya telah menjadi salah satu program pelatihan yang paling populer di dunia olahraga. Tangga ketangkasan biasa digunakan oleh seperti siswa-siswi sekolahan, atlet berbagai cabang olahraga dan masyarakat umum (untuk senam, fitnes, permainan indoor dan outdoor, outbond, dan lain-lain) untuk segala usia mulai dari anak-anak, dewasa dan orang tua (pria dan wanita). Gerakan latihan merupakan gerakan dasar/ sederhana, seperti dengan langkah maju, mundur, menyamping, melompat, berlari, dan lain lain. Spesifikasi dari tangga ketangkasan menurut Yoga Lucky (2016:14) adalah sebagai berikut :

- a) Ukuran tangga ketangkasan adalah 50 cm x 520 cm, jarak antara bilah 47 cm.
- b) Bilah terbuat dari plastik/PVC dengan ukuran 5 mm x 38 mm x 508 mm, sebanyak 12 buah.
- c) Untuk menghubungkan bilah digunakan tali bisban, terbuat dari bahan nylon dengan ukuran 1 mm x 26 mm x 525 cm.
- d) Jarak antara bilah dapat diatur sesuai dengan kegunaan, spasi sempit untuk langkah pendek dan cepat, dan spasi lebar untuk langkah panjang dan lambat.
- e) Dapat digunakan untuk semua cabang olahraga seperti : permainan atletik kid, atletik, sepakbola, bulutangkis, basket, voli, semua olahraga beladiri, dan lain-lain

#### 6) Papan strategi

*Tactical Board* atau bisa disebut papan strategi merupakan papan persegi panjang yang mempunyai ukuran kurang lebih 40x20 cm yang sudah dibuat menjadi lapangan olahraga yang dilengkapi pin-pin sebagai pemain atau bola. Papan strategi berfungsi dan berguna untuk memudahkan pelatih dalam menerapkan taktik yang ingin diberikan kepada pemain. Papan strategi juga berfungsi untuk membangun strategi tim yang efektif serta dapat mengembangkan keterampilan sebuah tim pada setiap pertandingan (Yoga Lucky, 2016:15).

**7) Stopwatch**

Menurut menurut Yoga Lucky (2016:16). *stopwatch* adalah alat ukur besaran waktu yang dapat diaktifkan dan dimatikan. *Stopwatch* diaktifkan ketika pengukuran waktu akan dimulai dan pada akhir pengukuran bisa dihentikan (dimatikan). Ketika dihentikan, jarum *stopwatch* menunjukkan waktu sesuai dengan selang waktu *stopwatch* diaktifkan, bukan kembali ke nol. Dengan demikian, lama pengukuran dapat dibaca dengan mudah. Ketika pengukuran kembali dilakukan, cukup dengan menekan tombol untuk mengembalikan jarum ke posisi nol. *Stopwatch* terbagi menjadi dua jenis, yaitu *stopwatch* jarum dan *stopwatch* digital (Yoga Lucky, 2016:15).

**8) Pompa bola**

Pompa bola biasa digunakan untuk memudahkan memompa bola yang kempes. Pompa bola juga mudah dibawa.

**9) Keranjang bola**

Keranjang bola digunakan untuk menyimpan bola dengan jumlah lebih dari satu dan untuk mempermudah membawanya.

**10) Bendera sudut**

Bendera Sudut adalah Bendera yang diikat di sebuah tiang yang tepat berada di sudut-sudut lapangan. Bendera yang mudah dilihat dari jauh itu berfungsi menunjukkan batas maksimum bidang permainan. Ketinggian minimal bendera itu adalah 1,52 m (Yoga Lucky, 2016:15).

**b. Prasarana sepakbola**

Prasarana pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan sesuatu yang bersifat permanen. Kelangsungan proses belajar mengajar pendidikan jasmani tidak terlepas dari tersedianya prasarana yang baik dan memadai. Prasarana yang baik dan memadai akan menghasilkan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan berjalan dengan baik.

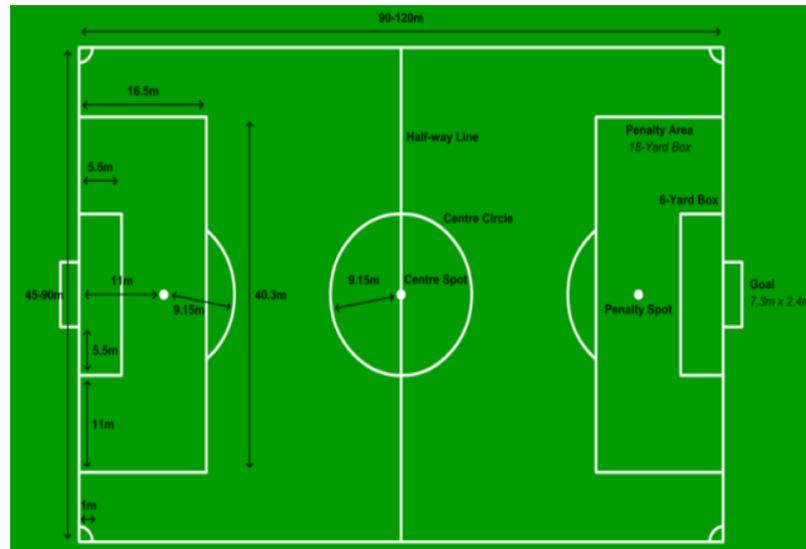
Dimana menurut Amirah (2016:6) mendefinisikan prasarana olahraga sebagai sesuatu yang mempermudah atau memperlancar dan memiliki sifat yang relatif permanen. Salah satu sifat tersebut adalah susah untuk dipindahkan.

**1) Lapangan**

Bentuk dan ukuran lapangan standart mutlak diperlukan untuk memenuhi kewajiban mengikuti suatu kompetisi atau turnamen, baik lokal, nasional, maupun internasional. Bahkan untuk saat ini berkembang permainan sepakbola dapat dimainkan dalam ruangan, dengan jumlah pemain yang lebih sedikit (sepakbola indoor). Ukuran yang standart dari sebuah lapangan yang layak digunakan adalah memiliki rentangna ukuran panjang antara 90–120 meter (100-130 yard) dan lebar antara 45–90 meter (50-100 yard). Semua garis yang menghubungkan daerah permainan ditandai dengan lebar garis sebesar 12 centimeter (5 inchi). Setiap pertandingan dimulai dari titik tengah yang membagi lapangan menjadi dua daerah simetris yang dikelilingi oleh lingkaran yang memiliki diameter 9,15 meter (10 yard). Setiap

sudut lapangan permainan ditandai dengan bendera sudut dengan ketinggian minimum 1,5 meter (5 feet). Daerah tendangan sudut ini merupakan pertemuan antar garis gawang dengan diameter 1 meter (1 yard). Bahkan hampir semua lapangan dilengkapi dua bendera yang sama dengan bendera sudut yang ditempatkan berjarak satu meter dari garis samping dan berada segaris dengan garis tengah.

Ditengah-tengah garis gawang terdapat sebuah gawang dengan lebar 7,32 meter dan tinggi 2,44 meter diukur dari permukaan tanah yang terbuat dari bahan yang tidak berbahaya seperti kayu atau besi bulat dengan diameter 12 centimeter. Gawang dilengkapi dengan jaring yang menutupi bagian belakang gawang hingga tanah. Hal ini dipasang untuk menunjukkan bahwa bola telah masuk ke gawang. Daerah gawang memiliki ukuran 5,5 meter ke depan dengan panjang 8.3 meter. Daerah ini masuk bagian dari daerah tendangan hukuman (pinalty area) dengan ukuran 16,5 meter dengan panjang 40 meter. Titik putih yang terdapat pada daerah tendangan hukuman berjarak 11 meter dari garis gawang yang diukur segaris dari tengah-tengah gawang (Yoga Lucky, 2016:15).



Gambar 2.5 Ukuran Lapangan Sepakbola  
Sumber: (Yoga Lucky, 2016:19).

## 2) Gawang

Gawang adalah sebuah rintangan yang dibuat oleh manusia maupun alamiah. Dalam pertandingan sepakbola, penggunaan gawang sangat penting dalam permainannya, karena gawang merupakan sarana yang dipergunakan untuk menentukan gol atau tidaknya bola yang ditendang atau disundul ke arah gawang. Proses penentuan gol tersebut berdasarkan pada lewatnya atau tidak bola melalui garis gawang yang ditarik dari 2 tiang gawang tersebut. Dalam sepak bola sebenarnya aturan resmi mengenai gawang ini belum pasti. Kepastian mengenai gawang adalah pada konferensi FA pada bulan Desember 1882 ada aturan resmi tentang gawang, yaitu tentang definisi gawang dalam permainan sepak bola, yaitu berupa dua tiang, daerah di kedua ujung lapangan dengan panjang maksimum 7,32 m dan lebar maksimum 5,49 m, dan tinggi maksimum 2,44 m. Tepi depan gawang

tetap sejajar dengan garis gawang. Bagian belakang gawang ditutup dengan jaring yang berfungsi menghentikan bola yang berhasil menembus gawang

### **3) Jaring gawang**

Jaring merupakan anyaman tambang yang menutupi bagian belakang dan samping gawang. Anyaman itu tembus pandang, namun mampu menahan laju bola yang menembus gawang. (Yoga Lucky, 2016:20).

## **B. Hasil Penelitian Relevan**

Hasil penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian yang dilakukan adalah :

1. Penelitian yang dilakukan oleh Ivan Kusumah (2016) dengan judul penelitian tingkat teknik dasar menepak kesasaran pada pertandingan Porprov V Cabor sepakbola tim kota surabaya, universitas Negeri Surabaya Fakultas Ilmu Keolahragaan Jurusan Pendidikan Kesehatan dan Rekreasi Prodi S1 Ilmu Keolahragaan. teknik pengumpulan data diperoleh melalui observasi langsung pada pertandingan sepakbola selama 2 x 20 menit. Adapun yang diteliti adalah berapa banyak suatu pemain melakukan passing dan control, di tim pada saat pertandingan porprov surabaya cabor sepakbola. yaitu data tersebut diambil langsung pada waktu pertandingan melalui pengamatan atau peneliti melihat langsung jalanya pertandingan dan memasukkan data hasil pengamatan pada blangko. serta hasil dari penelitian ini adalah rata-rata keseluruhan

*passing* dan control pada 3 pertandingan, dengan jumlah *passing* sebanyak 3099 kali ( 56 % ) dan control sebanyak 2673 ( 46 % )

2. Penelitian yang dilakukan oleh Samuel Surantha Ginting (2019) dengan judul tingkat kemampuan teknik dasar menempak kesasaran siswa *Ekstrakurikuler* Sepakbola SMP Negeri 13 Kota Bengkulu. Instrumen dari penelitian ini yaitu observasi, wawancara, tes dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dengan meningkatnya teknik-teknik siswa maka siswa lebih dapat memaksimalkan bola-bola di lapangan baik dalam bertahan maupun menyerang dan akan memberikan pengaruh yang efektif dalam menjuarai kompetisi. Berdasarkan tingkat kemampuan teknik dasar siswa ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 13 kota bengkulu, rata-rata keseluruhan control, heading dan *passing* dengan jumlah control sebanyak 3099 kali (46%), heading rata-rata skor 6,5, dan *passing* sebanyak 2673 kali (56%).
3. Penelitian yang dilakukan oleh Kadek, dkk (2018) dengan judul pengaruh pelatihan teknik dasar menempak kesasaran sepakbola di Club Sepakbola Palembang. Hasil penelitian ini menunjukkan (1) Pelatihan *passing* pasif segitiga terhadap teknik *passing* sepakbola, dengan hasil  $t_{hit} = 10,78 > t_{tabel} = 2,15$ , (2) Pelatihan *passing* sambil bergerak terhadap teknik *passing* sepakbola, dengan hasil  $t_{hit} = 10,47 > t_{tabel} = 2,15$ , dan (3) Pelatihan *passing* pasif segitiga dan *passing* sambil bergerak terhadap teknik *passing* sepakbola, dengan hasil  $t_{hit} = 0,72 < t_{tabel} = 2,05$ .  
Di simpulkan bahwa (1) Terdapat pengaruh pelatihan menempak

kesasaran dalam permainan sepakbola dengan peningkatan sebesar 3,47%. (2) Terdapat pengaruh pelatihan menempak kesasaran sebesar 2,87%. teknik passing sepakbola lebih maksimal.

Dalam penelitian yang di lakukan peneliti dan penelitian yang relevan persamaannya terletak pada variabel penelitian yaitu sama-sama meneliti tentang Teknik Dasar menempak kesasaran.

Sedangkan perbedaan yang di lakukan peneliti dan penelitian yang relevan terletak pada populasi ataupun sampel yang di ambil ketika melakukan penelitian, serta hasil penelitian yang tentunya berbeda antara penelitian yang di lakukan oleh peneliti dan penelitian yang relevan.

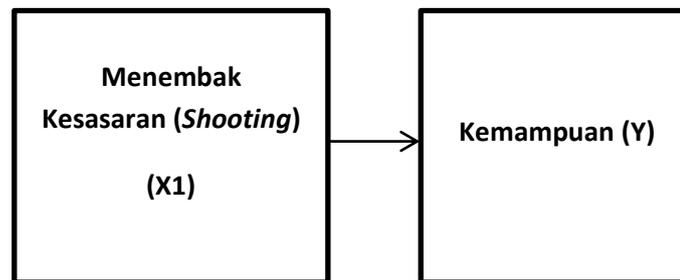
### **C. Kerangka Berpikir**

Sepakbola merupakan olahraga yang sangat menarik dan menghibur dalam setiap pertandingannya terbukti banyak orang dari kalangan anak-anak, remaja, dan bahkan orang tua menyukai olahraga sepakbola. Olahraga sepakbola berbeda dengan olahraga lainnya, perbedaan itu dapat dilihat dari ukuran lapangan, jumlah pemain, lamanya waktu permainan dll. Untuk itu olahraga sepakbola membutuhkan daya tahan dan kekuatan fisik dan juga membutuhkan kerjasama tim, strategi dan taktik bermain dalam setiap pertandingan.

Kemampuan dasar dalam permainan sepakbola sangatlah diperlukan dalam bermain sepakbola, untuk menguasai kemampuan yang baik maka terlebih dahulu menguasai teknik dasar sepakbola itu sendiri. Adapun kemampuan dasar

sepakbola yang harus dikuasai antara lain: teknik dasar menempak kesasaran (*shooting*).

Berdasarkan mengenai kemampuan dasar bermain sepakbola penelitian ini akan membahas tingkat kemampuan dasar menempak kesasaran (*shooting*), dalam permainan sepakbola pada club AS 2000 Fc di Bengkulu Selatan.



Gambar 2.6  
Kerangka berpikir

## **BAB III**

### **METODOLOGI PENELITIAN**

#### **A. Desain Penelitian**

Penelitian ini menggunakan bentuk penelitian deskriptif kualitatif. Penelitian tentang penilaian kemampuan menembak kesisaran dalam permainan sepakbola pada Club As 2000 Fc di Bengkulu Selatan. Dimana penelitian deskriptif menurut Budiwanto (2017:19) merupakan penelitian yang bertujuan mendeskripsikan, memaparkan kejadian yang terjadi saat ini, menuturkan pemecahan masalah yang ada sekarang secara sistematis, akurat, dan faktual berdasarkan data-data tentang sifatsifat atau faktor-faktor tertentu yang diteliti. Tujuan penelitian deskriptif adalah untuk pemecahan masalah secara sistematis dan faktual mengenai fakta-fakta dan sifat-sifat populasi.

Penelitian ini bermaksud untuk mengetahui tingkat kemampuan menembak kesisaran dalam permainan sepakbola pada Club As 2000 Fc di Bengkulu Selatan dan berusaha mencari informasi, gambaran secara teratur, singkas dan jelas mengenai suatu gejala peristiwa sehingga dapat ditarik makna tertentu.

#### **B. Definisi Operasional Variabel**

Budiwanto (2017:29) mengatakan bahwa variabel merupakan sesuatu yang meliputi faktor-faktor yang telah berperanan dalam peristiwa atau gejala yang akan diteliti. Variabel dalam penelitian merupakan variabel tunggal, yaitu kemampuan *shooting* dalam permainan sepakbola pada Club As 2000 Fc di Bengkulu Selatan. Untuk menghindari adanya kesalah pahaman, terlebih dahulu perlu batasan operasional dari variabel penelitian tersebut yaitu: menembak kesisaran dalam permainan sepakbola.

## **C. Populasi dan Sampel**

### **1. Populasi**

Menurut Budiwanto (2017:157) populasi adalah keseluruhan atau himpunan obyek dengan ciri yang sama. Populasi dapat berupa himpunan orang, benda, kejadian, gejala, kasus, waktu, tempat dengan sifat dan ciri yang sama. Jadi populasi bukan hanya orang, tetapi juga objek dan benda-benda alam yang lain. Populasi juga bukan sekedar jumlah yang ada pada objek/subjek yang dipelajari, tetapi meliputi seluruh karakteristik atau sifat yang dimiliki oleh subjek atau objek tersebut. Berdasarkan pengertian di atas, maka populasi penelitian ini adalah pemain sepakbola pada Club As 2000 Fc di Bengkulu Selatan yang berjumlah 25 orang.

### **2. Sampel**

Menurut Budiwanto (2017:160) sampel merupakan bagian dari populasi yang dipilih dengan menggunakan aturan-aturan tertentu. Sampel sebagai sumber data yang digunakan untuk mengumpulkan informasi atau data yang menggambarkan sifat atau karakteristik yang dimiliki populasi. Jenis sampel ini menggunakan teknik *Total Sampling*. Adapun sampel penelitian ini adalah jumlah keseluruhan dari pemain sepakbola pada Club As 2000 Fc di Bengkulu Selatan yang berjumlah 25 orang.

## **D. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data**

### **1. Instrumen**

Budiwanto (2017:183) mengatakan bahwa instrument penelitian merupakan alat yang digunakan untuk mengumpulkan data. Kualitas suatu penelitian akan ditentukan oleh kualitas data. Kualitas data sangat tergantung pada kualitas instrumen yang digunakan dalam

penelitian. Instrumen atau alat pengumpul data harus sesuai dengan permasalahan dan tujuan-tujuan penelitian. Dengan demikian, permasalahan dan tujuan penelitian akan menentukan instrumen yang akan digunakan. Bukan sebaliknya, instrumen menentukan permasalahan dan tujuan penelitian.

Dalam penelitian ini instrumen yang digunakan adalah berupa tes kemampuan *shooting* dalam permainan sepakbola. Untuk lebih jelaskan dapat dilihat sebagai berikut petunjuk pelaksanaan tes *shooting* dalam permainan Sepakbola Menurut (Ridho, 2022:215).

**a) Tujuan**

Tes ini bertujuan untuk mengukur kemampuan dan kecakapan menembak bola ke sasaran (*shooting*).

**b) Alat dan perlengkapan**

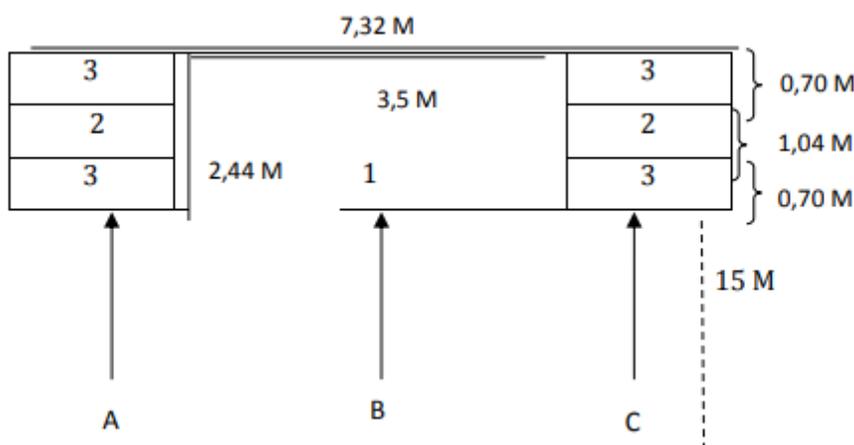
- 1) Bola sepak 6 buah
- 2) Meteran
- 3) Tali untuk membuat batas gawang
- 4) cones

**c) Pelaksanaan Tes**

Bola diletakkan pada sebuah titik berjarak 13 m di depan garis gawang dan tepat dipertengahan lebar gawang. Petak sasaran dan skor dapat dilihat pada (Gambar 3.2).

- 1) testee melakukan tendangan ke gawang dengan posisi atau letak *shooting* dibagi atas tiga tempat.

- 2) Masing-masing tempat dibagi atas tiga tempat dilakukan dua kali tendangan, dengan jumlah tembakan seluruhnya yang dilakukan testee berjumlah 6 kali tendangan.
- 3) Pengulangan sesuai dengan target yang telah diberi angka atau ketepatan tendangan pada gawang.
- 4) Total nilai dari 6 kali tendangan merupakan nilai akhir dari tes.



Keterangan gambar:

- a. 7,32 meter adalah lebar gawang.
- b. 2,44 meter adalah tinggi gawang.
- c. A, B, C adalah letak bola yang ditendang.
- d. 1, 2, 3 (angka dalam gawang) adalah skor sasaran.
- e. 15 meter adalah jarak gawang dari tempat pelaksanaan.
- f. 3,5 meter adalah lebar gawang yang bernilai 1.
- g. 3,82 meter adalah lebar gawang yang bernilai 2 dan 3.
- h. 0,70 meter adalah tinggi kolom yang bernilai 3.
- i. 1,04 meter adalah tinggi dari kolom yang bernilai 2.

**Tabel 3. 1**

**Skor Penilaian *Shooting***

No	Jumlah	Kategori
1	>17	Sangat Baik
2	15 – 16	Baik
3	12 – 14	Sedang
4	9 – 11	Kurang
5	<9	Kurang Sekali

Sumber: (Ridho, 2022:217)

## 2. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan tes *shooting* dalam permainan sepakbola. Tes ini dilakukan dilapangan sepakbola, pelaksanaan tes diambil adalah hasil tes yang terbaik.

### E. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif dengan persentase. deskriptif adalah statistik yang berfungsi untuk mendiskripsikan atau memberikan gambaran terhadap objek yang diteliti melalui data sampel atau populasi sebagaimana adanya, tanpa melakukan analisis dan membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum (Valentin, 2014:35). Untuk lebih jelasnya penilaian tentang *shooting* dalam permainan sepakbola dapat dilihat pada tabel berikut ini:

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

Keterangan:

P = Persentase yang dicari

F = Frekuensi

N = Jumlah Responden