

ANALISIS KETEPATAN *SHOOTING* MENGGUNAKAN KAKI BAGIAN DALAM PADA ATLET FUTSAL UKM UPG 1945 NTT

Yunus Mooy,^a Matheos J. Boru^b, Yoniel Y. Selan^c

Universitas Persatuan Guru 1945 NTT, yunusmooy89@gmail.com

Info Artikel

Sejarah Artikel:

Diterima: 1 Mei 2025

Direvisi: 5 Mei 2025

Disetujui: 10 Mei 2025

Keywords:

Kecepatan, shooting, futsal, UKM

Abstrak

Masalah utama yang dihadapi para atlet futsal UKM UPG 1945 NTT apakah ada pengaruh variasi latihan menggunakan target terhadap ketepatan *shooting* menggunakan kaki bagian dalam. Berkaitan dengan permasalahan diatas maka, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian, dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh variasi latihan menggunakan target terhadap ketepatan *shooting* menggunakan kaki bagian dalam pada atlet futsal UKM Futsal UPG 1945 NTT. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen kuantitatif. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah tektik test atau pengukuran pada objek akan dilakukan melalui pre-test dan post-test.jumlah populasi yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 20 orang. Sampel penelitian ini berjumlah 10 orang. Teknik analisis data dalam penelitian ini adalah data dikelompokkan berdasarkan variabel yang diteliti, lalu disajikan dalam bentuk tabel (tabulasi) untuk masing-masing jenis responden. Hasil dalam penelitian ini menunjukkan terdapat peningkatan yang signifikan pada ketepatan shooting menggunakan kaki bagian dalam setelah diberikan perlakuan latihan. Berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti menyimpulkan bahwa, Latihan shooting menggunakan kaki bagian dalam berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan ketepatan shooting pada atlet futsal UKM UPG 1945 NTT. Peneliti menyarankan agar latihan shooting menggunakan kaki bagian dalam secara terstruktur dan berulang dapat dijadikan bagian dari program latihan rutin untuk meningkatkan kemampuan shooting pemain futsal. Adapun keterbatasan penelitian ini adalah waktu, biaya, dan tempat penelitian.

Abstract

The main problem faced by futsal athletes of UKM UPG 1945 NTT is whether there is an influence of training variations using targets on the accuracy of shooting using the inside of the foot. In relation to the above problems, the researcher is interested in conducting research, with the aim of determining the influence of training variations using targets on the accuracy of shooting using the inside of the foot in futsal athletes of UKM Futsal UPG 1945 NTT. The method used in this study is a quantitative experiment. The data collection technique in this study is a test technique or measurement on the object will be carried out through a pre-test and post-test. The number of populations used in this study was 20 people. The sample of this study was 10 people. The data analysis technique in this study is that the data is grouped based on the variables studied, then presented in the form of a table (tabulation) for each type of respondent. The results of this study indicate that there is a significant increase in the accuracy of shooting using the inside of the foot after being given training treatment. Based on the results of this study, the

researcher concluded that, Shooting practice using the inside of the foot has a significant effect on increasing shooting accuracy in futsal athletes of UKM UPG 1945 NTT. The researcher suggested that structured and repeated shooting practice using the inside of the foot can be used as part of a routine training program to improve the shooting ability of futsal players. The limitations of this study are time, cost, and place of research.

Alamat korespondensi:

Jl. Perintis Kemerdekaan III, No 40, Kota Baru, Kupang

E-mail: Jss45@gmail.com

p-ISSN: 2623-1646

e-ISSN: 2986-4038

PENDAHULUAN

Futsal adalah olahraga yang sangat populer dan membutuhkan penguasaan teknik dasar yang baik dari para pemainnya. Salah satu teknik terpenting dalam futsal adalah *shooting*, karena teknik ini merupakan cara utama untuk mencetak gol. Seorang pemain futsal harus memiliki keterampilan dasar menendang bola dan mampu meningkatkan ketepatan *shooting* dari berbagai posisi di lapangan. *Shooting* yang akurat menjadi keterampilan yang sangat mendukung keberhasilan dalam futsal. Dengan tendangan yang akurat, tenaga yang digunakan akan semakin efisien dan efektif.

Shooting bukanlah teknik yang mudah, *shooting* membutuhkan tingkat konsentrasi yang tinggi dan akurasi yang tepat agar *shooting* yang dilakukan dapat menghasilkan gol. Kesalahan yang sering terjadi saat melakukan *shooting* adalah kurangnya ketepatan arah bola ke sasaran gawang. Faktor-faktor yang mempengaruhi kesalahan pemain saat melakukan *shooting* antara lain kurangnya ketepatan arah bola menuju gawang, perkenaan kaki terhadap bola, dan posisi tumpuan kaki yang kurang tepat, sehingga laju bola tidak mengarah tepat ke gawang.

Ketepatan *shooting* dalam futsal sangat penting, sehingga perlu adanya upaya peningkatan ketepatan *shooting* guna menyempurnakan keterampilan yang dimiliki pemain. Salah satu cara untuk meningkatkan akurasi *shooting* adalah dengan latihan yang tepat. Latihan ini harus mempertimbangkan Feeling, konsentrasi, dan perkenaan kaki ke bola dengan tepat untuk melakukan shooting yang menghasilkan sebuah gol.

UKM (Unit Kegiatan Mahasiswa) memiliki peran penting dalam pengembangan keterampilan olahraga, termasuk futsal, di lingkungan kampus. Sebagai wadah pembinaan dan pengembangan bakat mahasiswa, UKM menyediakan fasilitas dan program latihan yang terstruktur untuk meningkatkan kemampuan teknis, fisik, dan mental para atlet. Dalam konteks futsal, UKM menjadi platform strategis untuk melatih teknik dasar seperti passing, dribbling, dan terutama *shooting*, yang merupakan kunci utama dalam mencetak gol. Selain sebagai tempat pembinaan atlet, UKM juga berperan dalam penelitian dan pengembangan

ilmu olahraga. Penelitian seperti Analisis Ketepatan *Shooting* Menggunakan Kaki Bagian Dalam pada atlet futsal UKM UPG 1945 NTT menjadi salah satu contoh nyata bagaimana UKM dapat berkontribusi dalam meningkatkan kualitas permainan futsal melalui pendekatan ilmiah. Penelitian ini tidak hanya memberikan wawasan tentang faktor-faktor yang mempengaruhi ketepatan shooting tetapi juga menawarkan rekomendasi latihan yang lebih efektif bagi para pemain.

Berdasarkan uraian di atas, penelitian tentang “Analisis Ketepatan *Shooting* Menggunakan Kaki bagian Dalam Pada Atlet Futsal UKM UPG 1945 NTT” menjadi penting untuk dilakukan. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi ketepatan *shooting* dan memberikan rekomendasi latihan yang tepat untuk meningkatkan kemampuan *shooting* pemain futsal.

METODE PENELITIAN

Metode eksperimen didefinisikan sebagai metode sistematis guna membangun hubungan yang mengandung fenomena sebab akibat (Causal-effect relationship) (Sukardi, 2015: 178). Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah “One Groups Pretest-Posttest Design”, yaitu desain penelitian yang terdapat pretest sebelum diberi perlakuan dan posttest setelah diberi perlakuan, dengan demikian dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan diadakan sebelum diberi perlakuan (Sugiyono, 2017: 64).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Hasil Tes

Tabel 1: Data Hasil Tes Awal ketepatan *Shooting* menggunakan kaki bagian dalam pada atlet futsal UKM UPG 1945 NTT.

NO	NAMA	SKOR			Hasil Akhir
		KESEMPATAN 1	2	3	
1.	A.M	1	1	1	3
2.	YP	0	3	3	6
3.	AW	3	3	0	6
4.	SS	1	3	1	5
5.	GN	1	3	0	4
6.	RD	1	1	3	5
7.	AT	1	1	3	5
8.	DT	3	0	3	6
9.	AH	0	1	3	4
10.	RN	3	1	1	5

Tabel 2: Data Hasil Tes Akhir ketepatan *Shooting* menggunakan kaki bagian dalam pada atlet futsal UKM UPG 1945 NTT.

NO	NAMA	SKOR			Hasil Akhir
		KESEMPATAN	1	2	
1.	A.M	3	3	1	7
2.	YP	3	3	3	9
3.	AW	3	3	3	9
4.	SS	1	3	3	7
5.	GN	3	3	0	6
6.	RD	3	1	3	7
7.	AT	1	3	3	7
8.	DT	3	3	0	6
9.	AH	3	1	3	7
10.	RN	3	3	3	9

Berdasarkan data tes awal dan data tes akhir yang di peroleh, selanjutnya akan di gunakan rumus analisis T-test dengan rumus:

$$T = \frac{\sum D}{\sqrt{\frac{N \cdot \sum D^2 - (\sum D)^2}{N - 1}}}$$

Keterangan

T = Test

N = Sampel

D = Perbedaan setiap pasangan skor awal dan akhir

\sum = Sikma

Tabel 3: Data Hasil Tes Awal Dan Akhir ketepatan *Shooting* menggunakan kaki bagian dalam pada atlet futsal UKM UPG 1945 NTT.

No	Nama	Tes awal	Tes akhir	D	D ²
1.	A.M	3	7	4	16
2.	YP	6	9	3	9
3.	AW	6	9	3	9

4.	SS	5	7	2	4
5.	GN	4	7	3	9
6.	RD	5	7	2	4
7.	AT	5	7	2	4
8.	DT	6	9	3	9
9.	AH	4	7	3	9
10.	RN	5	9	4	16
Σ		49	78	29	89
M		4,9	7,8	2,9	8,9

ΣD

$$\text{Rumus T-test} = \frac{\Sigma D}{\sqrt{\frac{N \cdot \Sigma D^2 - (\Sigma D)^2}{N-1}}}$$

$N-1$

$$T = \frac{29}{\sqrt{\frac{10 \cdot 89 - (29)^2}{10-1}}}$$

$$t = \frac{29}{\sqrt{\frac{890 - 841}{10-1}}}$$

29

$$t = \frac{29}{\sqrt{49}}$$

$$t = \frac{29}{5,44}$$

$$t = \frac{29}{2,33}$$

$$t = 12,44$$

Hasil t- hitung selanjutnya dibandingkan dengan df.N-1 (9) dalam table taraf signifikansi 1,833 (0,005%) maka didapat t-hitung = 12,44 > 1,833, sehingga dapat disimpulkan bahwa

hipotesis Alternatif diterima dan Hipotesis nol ditolak yang artinya ada peningkatan latihan *shooting* atlet futsal UPG 1945 NTT.

$$P = \frac{MD}{Mpre} \times 100 \%$$

Mpre

$$P = \frac{29}{4,9} \times 100 \%$$

4,9

$$P = 0,59 \times 100 \%$$

$$P = 59 \%$$

Akhirnya setelah melakukan latihan ketepatan tendangan *shooting* pada atlet futsal UPG 1945 NTT terdapat peningkatan signifikan yaitu sebesar 59 %.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap atlet futsal UKM UPG 1945 NTT, dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan dalam ketepatan *shooting* menggunakan kaki bagian dalam, yaitu sebesar 59%. Peningkatan ini menunjukkan bahwa teknik shooting dengan kaki bagian dalam dapat ditingkatkan secara efektif melalui latihan yang terarah dan sistematis. Hal ini juga mengindikasikan bahwa metode pelatihan yang diterapkan dalam penelitian ini berhasil dalam meningkatkan kemampuan shooting para atlet futsal tersebut.

Saran

Setelah penulis menarik kesimpulan yang berkaitan dengan permasalahan tentang analisis tendangan *shooting* pada atlet putra UKM futsal UPG 1945 NTT, maka penulis menyampaikan beberapa saran yang perlu diperhatikan yaitu : 1). Bagi atlet futsal yang berada Kota Kupang maupun NTT untuk lebih giat dalam melakukan metode *shooting* disetiap pelatihan agar dapat meningkatkan kualitas ketepatan tendangan shooting. 2). Bagi para peneliti lain yang ingin melakukan penelitian tentang peningkatan ketepatan *shooting* diharapkan dapat dilakukan dengan lebih giat.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad Firmansah, dkk. (2024). "*Peningkatan Ketepatan Shooting Pada Permainan Futsal Melalui Permainan Sasaran Target Siswa Usia 14-15 Tahun*".
- Adam Tahta Aunilah, dkk. (2024). "*Analisis Kepercayaan Diri dan Ketepatan Shooting pada Peserta Ekstrakurikuler Futsal Pondok Pasantren Darul Ilmi Banjarbaru*".
- Buya, P. A., Tamunu, D., & Sumarauw, F. D. (2021). "*Pengaruh latihan permainan target terhadap ketepatan shooting dalam permainan futsal. Physical: Jurnal Ilmu Kesehatan Olahraga*".
- Bramasakti, B. (2016). "*Pengaruh latihan permainan target terhadap peningkatan ketepatan tendangan shooting menggunakan punggung kaki peserta ekstrakurikuler futsal putri Sma Negeri 1 Imogiri. Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi*".

- Darma, D., Sarawita, T., & Pratana, D. Y. (2021). *“Pengaruh latihan permainan target terhadap ketepatan shooting pada pemain Bale Junior FC. Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan”*.
- Mardiansyah Ainul Amin. (2020). *“Pengaruh Latihan Permainan Target Terhadap Ketepatan Shooting Menggunakan Kaki Bagina Dalam Pemain Futsal Skada FC”*.
- Sin, T. H. (2019). *“Hubungan agresivitas terhadap ketepatan shooting futsal. Journal Patriot”*.
- Suherman, Bukhori, Iyan Nurdian Haris, and Aris Risyanto. (2018). *“Pengaruh Latihan Shooting Menggunakan Metode Drill Terhadap Ketepatan Shooting Ke Gawang Pada Pemain Tunas Muda Fc.” Jurnal Ilmiah FKIP Universitas Subang”*.
- Sugiyono, dkk. (2024). *“Analisis Keterampilan Shooting Menggunakan Kaki Bagian Dalam Pada Permainan Sepak Bola Bagi Mahasiswa Program Studi Pendidikan Jasmani UNIMUDa Sorong”*.