



**PENGARUH LATIHAN TARGET TERHADAP KETEPATAN SHOOTING KAKI  
BAGIAN DALAM PEMAIN FUTSAL JAVA EAGLE TUGUMULYO**

**Wawan Syafutra<sup>1✉</sup>, M. Eric Kantona<sup>2</sup> & Depiyanti<sup>3</sup>**  
Universitas PGRI Silampari, Indonesia  
Email : putra.awan328@gmail.com

**Article Info**

Received:  
01 Jan 2023  
Accepted:  
20 Jan 2023  
Published:  
26 Maret 2023

**Keywords:**  
*Target,  
Ketepatan  
shooting, Kaki  
bagian dalam*

**Abstract**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adakah pengaruh latihan Target Terhadap Ketepatan Shooting Kaki Bagian Dalam Pemain Futsal Java Eagle Tugumulyo. Metode penelitian ini eksperimen dengan desain One Group pretest-posttest Design yaitu eksperimen yang dilaksanakan pada satu kelompok saja tanpa pembandingan. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pemain Futsal Java Eagle Tugumulyo yang berjumlah sebanyak 20 orang dengan sampel 10 orang. Sampel dipilih secara random dari pemain Futsal Java Eagle Tugumulyo. Instrument yang digunakan tes kemampuan shooting ke sasaran pada lapangan permainan futsal yang sudah ditandai dan diberi angka. Berdasarkan hasil uji paired sample test menunjukkan angka nilai signifikan antara nilai pretest dan posttest dengan nilai signifikansi (2-tailed)  $p=0,00 < 0,05$  nilai thitung (6,220)  $> t_{tabel} (1,833)$ . maka hasil ini adalah terdapat pengaruh terhadap perbedaan data pretest dan posttest. Hasil ini juga menunjukkan  $H_a$ : diterima dan  $H_o$ : ditolak

*This study aims to determine whether there is an effect of Target training on the accuracy of shooting the inner legs of Java Futsal player Eagle Tugumulyo. This research method is an experiment with the One Group pretest-posttest Design design, which is an experiment carried out on one group only without comparison. The population in this study was all Java Eagle Tugumulyo Futsal players totaling 20 people with a sample of 10 people. Samples were randomly selected from Java Futsal player Eagle Tugumulyo. The instrument used tests the ability to shoot to targets on the futsal playing field that has been marked and numbered. Based on the paired sample test results, it shows a significant value between the pretest and posttest values with significance values (2-tailed)  $p = 0.00 < 0.05$  calculated values (6.220)  $> t_{table} (1.833)$ . This result*

## INTRODUCTION

Futsal adalah singkatan dari futbol (sepak bola) dan sala (ruangan) dari bahasa Spanyol atau futebol (Portugal/Brasil) dan salon (Prancis). Olahraga ini membentuk seorang pemain agar selalu siap menerima dan mengumpan bola dengan cepat dalam tekanan pemain lawan. Dengan ukuran lapangan yang relatif sempit, permainan ini menuntut teknik penguasaan bola yang tinggi, kekompakan tim, dan kerja sama antarpemain. (Syafaruddin, 2019)

Olahraga ini banyak digemari banyak kalangan dari anak-anak sampai orang dewasa yang dimana olahraga ini merupakan bagian dari aktivitas sehari-hari yang dilakukan oleh kalangan anak-anak maupun orang dewasa, yang biasanya menyukai suatu hobby bermain futsal ini karena dalam olahraga ini banyak mendapatkan manfaat yang berguna untuk membentuk jasmani dan rohani yang sehat.

Java Eagle Tugumulyo adalah salah satu klub yang berada di Tugumulyo dengan pemain yang rata-rata menempuh pendidikan di Sekolah Menengah Pertama Negeri Srikaton Kecamatan Tugumulyo. Didalam klub Java Eagle Tugumulyo tersebut dari hasil pengamatan kami selama observasi dan wawancara kepada pemain dan pelatih Java Eagle, terdapat masalah ketika bertanding yaitu, pemain sering sekali dalam melakukan *shooting* tidak tepat sasaran yang diinginkan, bahkan tidak menutup kemungkinan bolanya melambung tinggi. Seiring masuknya futsal di Indonesia, banyak digelar pertandingan futsal antar klub di tingkat kabupaten, provinsi, maupun nasional, contohnya seperti saat mengikuti antar SMP para pemain Java Eagle Tugumulyo tidak bisa memanfaatkan peluang *shooting* sehingga bolanya melebar, melambung diatas gawang atau terbentur pemain bertahan dari lawan sehingga terjadi serangan balik yang mengakibatkan tim mengalami kekalahan

Menurut Andri Irawan dalam (Dedi, 2019) teknik-teknik dasar dalam futsal ada beberapa macam, seperti receiving, (menerima bola), shooting (menendang bola), passing (mengumpan), cipping (mengumpan bola dilambungkan), heading (menyundul bola), dribbling (menggiring bola). Shooting adalah tendangan ke arah gawang. Teknik ini kelihatannya mudah tetapi sebenarnya dibutuhkan konsentrasi dan ketepatan sasaran agar shooting yang kita lakukan menjadi sebuah gol

Menurut Mohamad Sajoto dalam (Buya et al., 2021) Ketepatan merupakan suatu kemampuan untuk membuat kendali terhadap pergerakan bebas dari benda yang bergerak untuk menuju suatu sasaran. Ketepatan *shooting* dalam futsal sangat penting maka, perlu upaya peningkatan ketepatan *shooting* guna menyempurnakan ketrampilan yang dimiliki pemain. Pemain harus mampu menguasai macam-macam teknik dasar bermain futsal. Kemampuan pemain menguasai teknik dasar bermain futsal dapat

mendukung dalam bermain futsal baik secara individu maupun kolektif, melakukan *shooting* dengan baik dan tepat pada sasaran bagi pemain bukan merupakan hal yang mudah.

Permainan target merupakan salah satu klasifikasi dari bentuk permainan dalam pendekatan TGfU (Teaching Games for Understanding) yang memfokuskan pada aktivitas permainan yang membu tuhkan kecermatan, akurasi yang tinggi dalam memperoleh nilai. Pendekatan pengajaran dalam TGfU memanfaatkan pembelajaran aktif dengan sangat efektif karena siswa belajar sambil bermain game. Penggunaan pertanyaan adalah metode yang ampuh untuk mendorong pemain menganalisis tindakan mereka, baik secara individu, maupun sebagai tim. (Pearson & Webb, 2008)

Mitchell, Oslin, dan Griffin dalam penelitian (Wardana, n.d.) menjelaskan “*in target games, players score bythrowing or striking a ball to a target*”. Target games merupakan permainan yang menuntut konsentrasi, ketenangan, fokus, dan ketepatan yang tinggi dalam permainannya

## **METHODS**

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kuantitatif dengan pendekatan eksperimen. Menurut (Sugiyono, 2013) penelitian eksperimen merupakan metode penelitian yang dilakukandengan percobaan, yang merupakan metode kuantitatif, digunakan untuk mengetahui pengaruh variabel independen (treatment/perlakuan) terhadap variabel dependent ( hasil) dalam kondisi yang terkendalkan. Dengan desain penelitian *One Group pretest-posttest* Design yaitu eksperimen yang dilaksanakan pada satu kelompok saja tanpa pembandingan, penelitian ini terdapat tes awal (pretest) sebelum diberikan perlakuan dan tes akhir (posttest) setelah diberi perlakuan. Dengan demikian dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Penelitian ini di laksanakan pada Tim Futsal Java Eagles Tugumulyo yang berada di Kecamatan Tugumulyo, Kabupaten Musi Rawas, Provinsi Sumatera Selatan

Populasi dalam penelitian ini berjumlah 20 orang yang merupakan pemain Futsal Java Eagle Tugumulyo kemudian di pilih sampel dengan cara acak yang berjumlah 10 orang

Instrument yang digunakan tes kemampuan *shooting* ke sasaran pada lapangan permainan futsal yang sudah ditandai dan diberi angka. Tujuan dari tes tersebut untuk mengukur kemampuan ketepatan shooting menggunakan kaki bagian dalam dalam permainan futsal. Taupan Maulana A (2009: 36). Untuk memperoleh data kemampuan ketepatan *shooting* menggunakan kaki bagian dalam oleh para pemain Java Eagle , maka dilakukan tes awal (*Pretest*) dan tes akhir (*Posttest*) menggunakan instrumen yang telah disebutkan.

Teknik analisis data yang digunakan uji statistic parametric yaitu *paired sampel t-test* untuk mengetahui pretest dan posttest Latihan permainan target arah gawang terhadap ketepatan shooting kaki bagian dalam pemain Futsal Java Eagle Tugumulyo dengan bantuan *Statistical For Sosial Science* (SPSS) 22 dengan menggunakan *Paired Sample t-test*

## **RESULTS AND DISCUSSION**

Penelitian ini dilakukan di F lapangan Futsal Mega Kabupaten Musi Rawas, yang berasal dari sampel penelitian dengan jumlah 10 pemain Futsal Java Eagle yang diberikan perlakuan dengan latihan target. Sebelum pemain pemula diberikan perlakuan

terlebih dahulu dilakukan pretest untuk mengetahui hasil Shooting sebelum diberi latihan permainan target kearah gawang, kemudian melakukan posttest untuk mengetahui apakah ada peningkatan pada hasil Shooting atau tidak.

**Tabel 1.**  
Uji normalitas

Sapiro wilk			
	Statistic	df	Sig.
Awal	.280	10	.025
Akhir	.239	10	.012

Dari data uji normalitas diatas bahwa nilai signifikan  $> 0,05$ . Maka sesuai dengan dasar pengambilan keputusan dalam uji normalitas shapiro-wilk diatas dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal. Mengapa menggunakan uji normalitas kolmogorov-smirnov<sup>a</sup>, karena sampel yang kami gunakan kurang dari 50 orang.

**Tabel 2.**  
Uji Paired pre test-post test

Paired Differences			
	t	df	Sig. (2-tailed)
Pair 1 Pretest- posttest	- 6.220	9	.000

Berdasarkan tabel diatas bahwa hasil uji paired sample test menunjukkan angka nilai signifikan antara nilai pretest dan posttest dengan nilai signifikansi (2-tailed)  $p=0,00 < 0,05$  nilai thitung (6,220)  $>$  ttabel (1,833).maka hasil ini adalah terdapat pengaruh terhadap perbedaan data pretest dan posttest. Hasil ini juga menunjukkan Ha: diterima dan Ho: ditolak karena sesuai dengan aturan keputusan uji hipotesis. Jika Ha diterima maka pernyataan Ha berbunyi “Pengaruh Latihan Target Dapat Meningkatkan Ketepatan Shooting Kaki Bagian Dalam Pemain Futsal Java Eagle Tugumulyo”.

Berdasarkan hasil penelitian yaitu terdapat pengaruh Latihan permainan target arah gawang terhadap hasil Shooting kearah gawang pada Pemain Futsal Java Eagle Tugumulyo secara signifikan. Setelah diberikan perlakuan terhadap hasil pretest dan posttest ternyata latihan permainan target arah gawang dapat meningkatkan hasil Shooting kearah gawang. Dengan adanya latihan permainan target arah gawang yang baik, maka akan dapat melakukan hasil Shooting kearah gawang dengan baik pula, sehingga pemainan Java Eagle akan terlihat lebih baik lagi saat bertanding.

## CONCLUSION

Dari hasil dan pembahasan penelitian dapat disimpulkan bahwa rata-rata tes awal (*pretest*) ketepatan *shooting* 25,30, meningkat setelah mengikuti latihan menggunakan

latihan target menjadi 34,00. Jadi besarnya ketepatan *shooting* pada atlet Futsal Java Eagle Tugumulyo adalah 8.70. Adapun dari hal yang didapatkan pengujian hipotesis pada tahap kepercayaan 95% atau tahap kesalahan ( $\alpha$ ) 5%, dilihat dengan nilai koefisien thitung  $>$  ttabel atau  $6,220 > 1,833$ , maka tolak  $H_0$  dan terima  $H_a$ . Jadi, hipotesis berbunyi Pengaruh Latihan Target Terhadap Ketepatan *Shooting* Kaki Bagian Dalam Pemain Futsal Java Eagle Tugumulyo diterima kebenarannya.

## REFERENCES

- Buya, P. A., Tamunu, D., & Sumarauw, F. D. (2021). Pengaruh Latihan Permainan Target Terhadap Ketepatan Shooting Dalam Permainan Futsal. *PHYSICAL: Jurnal Ilmu Kesehatan Olahraga*, 2(1), 108–122. <https://doi.org/10.53682/pj.v2i1.1120>
- Dedi. (2019). PENGARUH LATIHAN TARGET TERHADAP AKURASI SHOOTING FUTSAL. *Pendidikan Dan Pembelajaran*, 8(12), S2–S3.
- Pearson, P., & Webb, P. (2008). *Developing effective questioning in Teaching Games for Understanding (TGfU)*. January.
- Sugiyono, D. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Tindakan*.
- Syafaruddin. (2019). Tinjauan Olahraga Futsal. *Altius : Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 7(2). <https://doi.org/10.36706/altius.v7i2.8108>
- Wardana, J. E. I. (n.d.). *Pengaruh Target Ketepatan Shooting Menggunakan Kaki Bagian Dalam*. 1–7.