

PENGARUH TEKNIK SHOOTING INSTEP DRIVE TERHADAP HASIL SHOOTING PADA TIM SEPAKBOLA U-16 SMAN 1 JELIMPO KABUPATEN LANDAK.

Ella Anugraris¹, Arisman²

¹ STKIP Pamane Talino ² STKIP Pamane Talino ³ STKIP Pamane Talino

*Ellaanugraris@gmail.com¹, Arism199@gmail.com²

Info Artikel	Abstrak
<p><i>Sejarah Artikel:</i> Diterima Agustus 2020 Disetujui September 2020 Dipublikasikan Desember 2020</p>	<p>Tujuan penelitian ini Untuk mengetahui pengaruh Teknik <i>Shooting Instep Drive</i> Terhadap Hasil <i>Shooting</i> Pada Tim Sepakbola U-16 SMAN 1 Jelimpo Kabupaten Landak. Penelitian ini merupakan penelitian dengan metode eksperimen <i>one-group pretest-posttest design</i>. Sampel sebanyak 22 pemain dengan menggunakan teknik <i>sampling jenuh</i>. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan uji T_{test} yang merupakan untuk mencari perbedaan masing-masing kelompok. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa: Pengaruh Teknik <i>Shooting Instep Drive</i> Terhadap Hasil <i>Shooting</i> Pada Tim Sepakbola U-16 SMAN 1 Jelimpo Kabupaten Landak, ditunjukkan dengan hasil uji hipotesis dapat dilihat bahwa $T_{hitung} 4,939 > T_{tabel} 1,717$ dan nilai signifikansi $0,115 > 0,05$ maka hipotesis dapat dinyatakan di terima, dengan selisih rata-rata <i>pret test</i> dan <i>pos test</i> adalah 4,954 maka dari selisih rata-rata tersebut dapat diketahui kenaikan persentase sebesar 54,22%.</p>
<p><i>Kata Kunci :</i> Teknik <i>Shooting Instep Drive</i>, Hasil <i>Shooting</i>, Keyword : <i>Shooting Instep Drive</i> ,<i>Shooting Result</i></p>	

*The purpose of this research is to know The Effect of Shooting Instep Drive Technique Against Shooting Result on U-16 Soccer Team of SMA N 1 Jelimpo Landak district. This research is a experimental method in a one-group pretest-posttest design. This research was conducted on U-16 soccer team of SMA N 1 Jelimpo Landak district on August 27 – September 28, 2019. The population of this research is the soccer player of U-16 of SMA N 1 Jelimpo Landak district with number of 22 players as sample and using saturated sampling technique. Technique of data analysis used in this research using T_{test} which were to look for the differences in each group. The result of this research show that: The Effect of Shooting Instep Drive Technique Against Shooting Result on U-16 Soccer Team of SMA N 1 Jelimpo Landak district, shown by the test of hypothesis can be seen that $T_{hitung} 4,939 > T_{tabel} 1,717$ and significant score $0,115 > 0,05$ then the hypothesis can be stated **Acceptable**, to an average difference can be known the percentage increase of*

54,22%. *Suggestion for other researcher, in other to conduct consideration of this research using other subjects, both in the quantity and the quality level of the player. Quantitavely increasing the number of subjects, whereas in quality it involves a degree of soccer shooting skill on the subject. Next, to be able to do further research by adding another variable that was expected to have a large donation for those who have with various of shooting technique in a soccer playing.*

© 2020 Universitas Suryakencana

*Ellaanugrarista@gmail.com¹,
Arism199@gmail.com²

e-ISSN : 2721-7175(online)
p-ISSN : 2089-2341 (cetak)

PENDAHULUAN

Permainan sepakbola adalah bagian permainan olahraga bola besar dan olahraga yang sangat populer dimainkan diseluruh penjuru dunia, perkembangan permainan sepakbola juga setiap tahun kian nampak terlihat dari sarana dan prasarana, peraturan permainan, serta perkembangan dari teknik-teknik permainan yang ditonjolkan oleh setiap pemain. (Rajidin, 2014) serangkaian permainan yang menunjukkan bahwa untuk mencetak gol adalah suatu hal yang relatif sulit untuk dilakukan . Didalam memainkan bola, setiap pemain diperbolehkan menggunakan seluruh anggota badan, kecuali tangan dan lengan. Hanya penjaga gawang yang diperbolehkan menangkap bola dengan tangan, itu pun hanya dalam area kotak penalti. Sedangkan menurut (Marfrets Suseitom Tarukbua, 2014) Penguasaan teknik dasar merupakan suatu prasyarat yang harus dimiliki oleh setiap pemain, agar permainan dapat dilakukan dengan baik. (Siswa et al., 2017) Beberapa

teknik dasar yang perlu dimiliki pemain sepak bola yaitu menendang (kicking), menghentikan bola(stopping), menggiring bola (dribbling), Menyundul Bola (Heading), Merampas Bola (Tackling), Lemparan ke Dalam (Throw-in), Lemparan ke Dalam (Throw-in).Latihan keterampilan hendaknya dimulai di lingkungan pelatihan yang relatif bebas dari tekanan supaya pemain-pemain pemula bisa sedikit mengalami kemajuan. Pelatihan kemudian dapat dikembangkan pada situasi yang lebih menantang dengan melibatkan gerakan-gerakan fleksibel, arena yang sempit, waktu yang terbatas dan lawan yang telah ditentukan. Menurut (Nasution, 2018) teknik dasar permainan sepakbola yaitu semua kegiatan yang mendasar, sehingga dengan modal teknik dasar yang baik seorang pemain sepakbola akan dapat bermain dengan baik di segala posisi. Menurut Khairul Hadzig dan Anwar Musadad (2016, p.18) *shooting* adalah usaha menembakan bola ke gawang untuk menciptakan gol. Sedangkan menurut (Rubiana, 2017) *shooting* atau menembak



merupakan suatu keterampilan dalam menyerang yang paling ampuh dan terpenting diantara berbagai keterampilan teknik menyerang. Dengan itu dapat disimpulkan bahwa shooting merupakan teknik terpenting dalam olahraga sepakbola.

Menurut Danny Mielke (2007, p.67) cara yang paling tepat untuk mengembangkan teknik *shooting* adalah melatih tendangan *shooting* berkali-kali menggunakan teknik yang benar. Jika seorang pemain ingin menjadi penembak jitu, dalam bermain sepakbola ia harus meluangkan waktu berjam-jam melakukan tendangan *shooting* ke arah gawang. Tingkatan atau sesi latihan formal hendaknya memasukan banyak latihan dan kegiatan yang memberikan banyak peluang kepada para pemain untuk melakukan *shooting*. Pemain akan semakin bisa menjalankan keterampilan ini di dalam pertandingan dan memanfaatkan peluang *shooting* dengan baik jika semakin banyak berlatih menggunakan situasi yang berbeda. Dalam sepakbola, gol merupakan tujuan dalam permainan dan juga sekaligus merupakan saat yang paling dinantikan oleh pemain dan juga penonton. (Utama et al., 2017)

Berdasarkan hasil observasi dilapangan pada saat pertandingan Tim Sepakbola U-16 SMA Negeri 1 Jelimpo Kabupaten Landak berhadapan dengan tim lain, peneliti melihat bahwa masih terdapat kekurangan-kekurangan pada saat tim tersebut bermain, terutama dalam

penyelesaian akhir atau tembakan bola ke gawang lawan untuk mencetak gol. Hal ini juga sangat terlihat masih kurangnya teknik dasar *shooting* sehingga bola saat pemain melakukan *shooting* hasil dari tembakan langsung tersebut melenceng jauh atau tidak mengarah dari target yaitu gawang lawan. Pernyataan ini juga diperkuat dan diakui kebenarannya oleh pelatih sepakbola U-16 SMA N 1 Jelimpo Kabupaten Landak. Variasi dan bentuk latihan yang dilakukan terutama saat melatih hasil *shooting* jarang sekali diberikan oleh pelatih walaupun diberikan itu hanya model latihan teknik *shooting* yang sederhana dengan sedikit variasi, kemudian pelaksanaan metode latihan teknik *shooting* tidak dilakukan secara efektif dan kompleks, jarang sekali pemain baik secara individu atau tim diberikan latihan khusus dari bentuk-bentuk latihan teknik *shooting* dan variasi yang ada, hal ini menunjukkan bahwa tujuan dari permainan sepakbola belum tercapai secara maksimal. Adapun beberapa upaya latihan untuk meningkatkan teknik *shooting* atau kemampuan tembakan bola ke gawang antara lain *Instep Drive*, *Full Volley*, *Half Volley*, *Side Volley* dan *Swerving* atau menikung Joseph A.Luxbacher (2016, p.105).

Dari sekian banyak bentuk dan variasi latihan teknik tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian ilmiah dengan menggunakan salah satu bentuk teknik *shooting* yaitu teknik *shooting*



Instep Drive karena lebih tepat dan sesuai untuk mengatasi permasalahan *Shooting* yang dialami oleh para pemain, karena teknik *shooting instep drive* merupakan suatu bentuk teknik tembakan langsung kegawang dengan menggunakan kaki bagian dalam lebih dekat dengan kura-kura punggung kaki, sedangkan pada dasarnya para pemain sudah sering melakukan teknik tendangan dengan menggunakan kaki bagian dalam sehingga jika diberikan teknik *shooting instep drive* mereka akan mudah melakukan maupun melaksanakan kegiatan yang diberikan oleh peneliti. Dari masalah yang ditemukan pada observasi Tim Sepakbola U-16 SMA N 1 Jelimpo Kabupaten Landak peneliti mencoba untuk melakukan penelitian guna memperbaiki dan meningkatkan hasil *shooting* dengan cara melakukan bentuk gerakan teknik *shooting instep drive*. Menurut Danny Mielke (2009, p.67) *Shooting* adalah menembak. Seorang pemain harus menguasai keterampilan dasar menendang bola dan selanjutnya mengembangkan sederatan teknik *shooting* yang memungkinkannya untuk melakukan tendangan *shooting* dan mencetak gol dari berbagai posisi di lapangan. Menendang bola merupakan suatu usaha untuk memindahkan bola dari suatu tempat ke tempat lain menggunakan kaki atau menggunakan bagian kaki. Bagian kaki yang digunakan untuk menendang bola terdapat macam-macam bagian yaitu, ujung jari, kura-kura kaki bagian dalam,

kura-kura kaki bagian luar, tendangan kaki bagian dalam, tendangan kura-kura kaki penuh, tendangan kaki bagian luar dan tumit. Dalam penelitian ini penulis ingin meneliti teknik tendangan menggunakan kura-kura kaki bagian dalam (*Instep Drive* Teknik merupakan suatu proses pelaksanaan gerakan yang dilakukan secara efisien untuk menyelesaikan tugas tertentu, sesuai dengan cabang olahraga yang ditekuni. Teknik *Instep Drive* merupakan suatu model teknik *shooting* yang menggunakan unsur kaki bagian dalam yang lebih dekat dengan kura-kura punggung kaki, teknik *instep drive* ini juga menekankan terhadap kemampuan tembakan langsung kegawang bagi semua pemain. latihan teknik *shooting* berarti latihan gerak, keefektifan dan kemampuan mentisipasi gerak dapat ditingkatkan dengan cara melakukan latihan-latihan drill secara kontinyu (Pratama & Maujud, 2019). Menurut Harsono (2017, p.50) latihan (*training*) adalah proses yang sistematis dari berlatih atau bekerja, yang dilakukan secara berulang-ulang, dengan kian hari kian menambah jumlah beban atau pekerjaannya

Menurut Apta Mylsidayu dan Febi Kurniawan (2015, p.65-72) adapun komponen-komponen penting dalam latihan adalah intensitas, volume, *recovery*, interval, *repetisi*, set, seri atau sirkuit, durasi, densitas, irama, *frekuensi*, dan sesi atau unit. Oleh karena itu peneliti tertarik mengangkat judul yaitu “Pengaruh Teknik



Shooting Instep Drive Terhadap Hasil Shooting Pada Tim Sepakbola U-16 SMA N 1 Jelimpo Kabupaten Landak”.

METODE

Jenis penelitian ini yang digunakan merupakan penelitian kuantitatif dengan metode penelitian eksperimen *one-group pretest-posttest design*. Penelitian kuantitatif ini merupakan penelitian sistematis untuk menguji hipotesis sebab-akibat (Iswara et al., 2018). Metode penelitian eksperimen dapat diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendali (Crieshandi et al., n.d.). Dengan kata lain penelitian ini digunakan untuk mencari pengaruh, apakah ada pengaruh terhadap teknik yang kita gunakan. Variabel bebas Dalam penelitian ini adalah teknik *shooting instep drive*, yaitu suatu perlakuan terhadap pemain sepakbola dengan pemberian latihan teknik *shooting instep drive* dengan melakukan perlakuan secara bergiliran, variabel terikatnya adalah hasil *shooting* yaitu kemampuan seseorang untuk mengarahkan tembakan langsung ke sesuatu sasaran yaitu gawang sesuai dengan tujuannya. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah pemain sepakbola U-16 SMA N 1 Jelimpo Kabupaten Landak yang berjumlah 22 orang. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah semua pemain sepakbola U-16 SMA N 1 Jelimpo

Kabupaten Landak berjumlah 22 orang. Teknik yang digunakan dalam penelitian sampel ini adalah teknik *sampling jenuh* yang merupakan teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi relatif kecil, kurang dari 30 orang, atau penelitian yang ingin membuat generalisasi dengan kesalahan yang sangat kecil. Istilah lain sampel jenuh adalah sensus, dimana semua anggota populasi dijadikan sampel.

Teknik Pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah Instrumen Penelitian, Tes Awal (*Pretest*), Prosedur Penelitian, dan Tes Akhir (*Posttest*). Instrumen penelitian dalam penelitian ini adalah menggunakan tes *shooting* sepakbola yang bertujuan untuk mengukur hasil *shooting* sepakbola kesasaran gawang yang dituju. Perlengkapan yang digunakan yaitu: Satu set lapangan bola sepakbola, Bola sepak paling sedikit 2 paling banyak 3 atau tidak terbatas, Meteran, *Cone*, Penomoran, Tali Rafia, Peluit, Formulir tes dan alat tulis. Pelaksanaan untuk menguji tes hasil *shooting* sepakbola adalah sebagai berikut. Testee berdiri di belakang bola yang diletakan pada sebuah titik atau garis berjarak 16,5 m didepan gawang atau sasaran, ada aba-aba “ya” atau ada bunyi peluit dari tester, testee melakukan *shooting*, saat bola mengenai sasaran petugas mencatat hasil atau skor yang diperoleh, dan *testee* diberi 3 (tiga) kali kesempatan, skor terendah adalah 0 dan skor tertinggi adalah 7. Skor 0 jika bola tidak masuk kegawang/target sasaran, skor



1 jika bola masuk ke tengah gawang, skor 3 jika bola masuk ke sasaran 3, skor 5 jika bola masuk ke sasaran 5 dan skor 7 jika bola masuk kearah sudut gawang atau masuk ke sasaran 7. Apabila bola mengenai tali pemisah skor maka skor yang tertinggi yang diambil dan dicatat. Tes awal atau *pre-test* yaitu tes yang pertama kali dilakukan oleh peneliti sebelum diberikan perlakuan dengan menggunakan tes *shooting* sepakbola kesasaran, bertujuan untuk mengukur dan mengetahui hasil *shooting* bola sepakbola sebelum diberikan perlakuan program latihan dengan menggunakan teknik *shooting instep drive*. Sehingga dapat diketahui perbedaan hasil yang dicapai setelah diberikan perlakuan (*treatment*).

Setelah dilakukan tes awal (*Pretest*) sampel maka dilakukan diberikan perlakuan dengan menggunakan teknik *shooting instep drive* yang dilaksanakan empat kali perminggu yaitu Selasa, Rabu, Jumat dan Sabtu dengan waktu tatap muka 120 menit. Dalam waktu 120 menit terbagi dalam beberapa tahap latihan selama 14 kali pertemuan di tambah 2 kali pertemuan digunakan untuk pelaksanaan *pretest* dan *posstest*. Pendahuluan dilakukan dengan pemanasan yang membutuhkan waktu 15 menit, kemudian melakukan latihan inti selama 90 menit dengan melakukan *treatment* teknik *shooting instep drive* dengan jarak bola 16,5 m. Kemudian untuk menutup dilakukan pendinginan dan evaluasi dengan waktu 15 menit pada

setiap pertemuan. Pemberian perlakuan (*treatment*) pada eksperimen ini dilaksanakan 14 kali pertemuan, dikarenakan itu dianggap sudah cukup memberikan perubahan, sehingga peneliti mencoba mengambil tes akhir setelah latihan yang dilaksanakan selama 14 kali pertemuan. Dengan frekuensi latihan antara 2-4 kali dalam seminggu, pada penelitian ini pengambilan data berupa tes dilakukan sebanyak 2 kali yaitu tes awal dan tes akhir. Tes akhir (*Posttest*) yang digunakan dalam penelitian ini sama dengan yang dilakukan pada tes awal (*pretest*) dengan tujuan untuk mengukur hasil *shooting* pada Tim Sepakbola U-16 SMA N 1 Jelimpo Kabupaten Landak. Hasil tes akhir dicatat kemudian diolah dengan statistika untuk mengetahui apakah ada pengaruh atau tidaknya teknik *shooting instep drive* terhadap hasil *shooting* sepakbola.

Analisis data terdiri dari uji prasyarat analisis dan uji hipotesis uji, perhitungan menggunakan bantuan *software* SPSS versi 17. Untuk uji prasyarat analisis yaitu: Uji Normalitas, Menurut Siregar (2014, p.153) Tujuan dilakukannya uji normalitas terhadap serangkaian data adalah untuk mengetahui apakah populasi data berdistribusi normal atau tidak. Bila data berdistribusi normal, maka dapat digunakan uji statistik berjenis parametrik. Sedangkan bila tidak berdistribusi normal, maka digunakan uji statistik nonparametrik. Uji linearitas data



bertujuan untuk mengetahui apakah variabel X dengan variabel Y mempunyai hubungan yang Linear atau tidak secara signifikansi. Uji ini biasanya digunakan sebagai prasyarat dalam melaksanakan skala pengukuran numerik atau regresi Linear. Pengujian dengan menggunakan *Test For Linearity* dengan kekuatan uji 95% atau alpha 0,05. Untuk uji hipotesis dilakukan pengujian hipotesis penelitian untuk mengetahui apakah ada pengaruh yang positif dan signifikan yang timbul dari latihan dengan teknik *shooting instep drive* terhadap hasil *shooting* sepakbola pada Tim Sepakbola U-16 SMA N 1 Jelimpo Kabupaten Landak. Untuk uji hipotesis dalam penelitian ini yaitu menggunakan uji- T_{test} yang merupakan untuk mencari perbedaan masing-masing kelompok.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data yang dikumpulkan dan dianalisis adalah data hasil *shooting* sepakbola dengan menggunakan sampel 22 pemain sepakbola U-16 SMA N 1 Jelimpo Kabupaten Landak, kemudian dilakukan *pre-test* atau tes awal, setelah itu pemain diberi perlakuan dan diakhiri dengan *posttest* atau tes akhir. Berdasarkan Hasil analisis deskriptif data penelitian dapat disajikan sebagai berikut:

Tabel 1

Deskripsi Data Penelitian pada Pemain Sepakbola U-16 SMA Negeri 1 Jelimpo Kabupaten Landak

	N	Mean	Std. Deviation
<i>Pre-test</i> Hasil Shooting	22	0,0 19, 9,136	5,221
<i>Post-test</i> Hasil Shooting	22	8,0 21, 14,09	3.624
Valid N (listwise)	22		

Persyaratan Analisis

Hasil uji data analisis statistik, dilakukan uji asumsi atau uji prasyarat analisis yang meliputi: Uji normalitas penelitian ini menggunakan rumus *Kolmogorov-Smirnov* meliputi, pengaruh teknik *shooting instep drive* terhadap hasil *shooting* sepakbola yang menyatakan apabila Signifikan (sig) > 0,05 maka data tersebut terdistribusi normal. Data dalam penelitian ini setelah diolah dengan menggunakan SPSS *versi 17*, mendapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 2
Rangkuman Hasil Uji Normalitas Data Pemain Sepakbola U-16 SMA Negeri 1 Jelimpo

No	Variabel	Kolmogorov-Smirnov	Asymp. Sig.	Keterangan
1	<i>Pre-test</i> Hasil Shooting	3,455 ^a	0,996	Normal



Sepakbola				
Dengan Teknik Shooting Instep Drive				
2	Post-test			
	Hasil Shooting Sepakbola	7,091 ^b	0,628	Norma 1
Dengan Teknik Shooting Instep Drive				

Dari tabel diatas menunjukkan variabel *pretest Kolmogorov-Smirnov* sebesar 3,455 dengan Asymp.Sig sebesar 0,996 dan variabel *posttest Kolmogorov-Smirnov* sebesar 7,091 dengan Asymp.Sig sebesar 0,628. Karena nilai Asymp.Sig dari kedua variabel menunjukkan **lebih besar** dari **0.05** maka uji normalitas menyatakan bahwa Pengaruh Teknik *Shooting Instep Drive* Terhadap Hasil *Shooting* Pada Tim Sepakbola U-16 SMAN 1 Jelimpo Kabupaten Landak yang berdistribusi **Normal**.

Uji linieritas digunakan untuk mengetahui bentuk persamaan garis linier dan hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat apabila Signifikan (sig) > 0,05 maka data tersebut terdistribusi linier. Teknik statistik yang digunakan untuk menguji Linieritas ini adalah *Test For Linierity*. Setelah data diolah dengan SPSS versi 17, maka didapat hasil sebagai berikut:

Tabel 3
Rangkuman Uji Linieritas Data

N	Variabel	F_{hitung}	Sig	Keterangan
1	Teknik Shooting Instep Drive Terhadap Hasil Shooting Sepakbola	6,06	0,09	Linier

Berdasarkan tabel di atas bahwa teknik *shooting instep drive* terhadap hasil *shooting* sepakbola bahwa F_{hitung} sebesar 6,067 dengan nilai Signifikan (sig) 0,093. Karena nilai Signifikan (sig) teknik *shooting instep drive* terhadap hasil *shooting* sepakbola menunjukkan **lebih besar** dari **0.05** maka uji linieritas menyatakan Pengaruh Teknik *Shooting Instep Drive* Terhadap Hasil *Shooting* Pada Tim Sepakbola U-16 SMA N 1 Jelimpo Kabupaten Landak berdasarkan garis regresi adalah berbentuk **linier**. Dengan demikian dapat disimpulkan garis regresi linier kemampuan *pretest* hasil *shooting* sepakbola atas kemampuan *posttest* hasil *shooting* sepakbola adalah berbentuk linier.

Pengujian hipotesis dilakukan untuk mengetahui pengaruh hasil *pre test shooting* sepakbola sebelum diberikan

treatment atau perlakuan serta *post tes* setelah diberikan *treatment* atau perlakuan dengan menggunakan teknik *shooting instep drive*. Analisis data dilakukan dengan uji T_{test} pada masing-masing kelompok data, baik kelompok *Pre Test* maupun kelompok *Post test*. Hasil analisis dikatakan signifikan apabila $T_{hitung} >$ dari T_{tabel} dengan $db=(n-1)$ pada taraf signifikansi = 0,05.

Untuk mengetahui pengaruh teknik *shooting instep drive* bahwa dapat meningkatkan hasil *shooting* pada Tim Sepakbola U-16 SMA N 1 Jelimpo Kabupaten, digunakan uji T_{test} . Hasil uji T_{test} ditunjukkan pada tabel berikut:

Tabel 4

Rangkuman Hasil Uji T_{test} Pemain Sepakbola U-16 SMA Negeri 1 Jelimpo Kabupaten Landak

Kelompok	Rata-Rata	T_{hitung}	T_{tabel}	Sig
<i>Pre-test</i>				
Hasil	9,136			
<i>Shooting</i>				
		4,939	1,717	0,115
<i>Post-test</i>				
Hasil	14,090			
<i>Shooting</i>				

Dari hasil uji T dapat dilihat bahwa T_{hitung} sebesar 4,939 dengan nilai T_{tabel} sebesar 1,717 dan besar nilai signifikansi probability 0,115. Karena nilai T_{hitung} **lebih besar** dari pada T_{tabel} dan nilai Signifikan (sig) lebih besar dari 0,05 maka

hipotesis dapat dinyatakan **di terima** artinya terdapat Pengaruh Teknik *Shooting Instep Drive* Terhadap Hasil *Shooting* Pada Tim Sepakbola U-16 SMA N 1 Jelimpo Kabupaten Landak.

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa nilai rata-rata *pre- test* adalah sebesar 9,136 sedangkan nilai rata-rata *post-tes* adalah sebesar 14,090. Besarnya kenaikan atau pengukuran tingkat keberhasilan yang dicapai (efektivitas) terhadap teknik *shooting instep drive* sebagai berikut:

Tabel 5

Hasil Kenaikan Atau Efektivitas Teknik *Shooting Instep Drive*

Kelompok	Rata-Rata	Perbedaan Rata-Rata	Kenaikan Persentase
<i>Pre-test</i>			
Hasil	9,136		
<i>Shooting</i>			
		4,954	54,22%
<i>Post-test</i>			
Hasil	14,090		
<i>Shooting</i>			
		0	

Berdasarkan tabel di atas, selisih rata-rata *pos test* dengan *pret test* adalah 4,954 dari selisih rata-rata tersebut dapat diketahui kenaikan persentase sebesar 54,22%. Dapat diartikan bahwa selisih yang terjadi mempunyai pengaruh besar terhadap hasil belajar dengan menggunakan teknik *instep drive*.



SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data, deskripsi data, pengujian hasil penelitian dan pembahasan antara *pre test* dan *post test*, di peroleh hasil $T_{hitung} 4,939 > T_{tabel} 1,717$ dan nilai signifikansi $0,115 > 0,05$ maka hipotesis dapat dinyatakan **di terima**, dengan selisih rata-rata *pret test* dan *post test* adalah 4,954 maka dari selisih rata-rata tersebut dapat diketahui kenaikan persentase sebesar 54,22%. Maka hipotesis dapat di simpulkan bahwa terdapat pengaruh Teknik *Shooting Instep Drive* Terhadap Hasil *Shooting* Pada Tim Sepakbola U-16 SMA N 1 Jelimpo Kabupaten Landak.

Dari hasil penelitian yang sudah dilakukan yaitu untuk mengetahui apakah ada pengaruh dalam memberikan teknik pembelajaran dalam shooting sepak bola, dengan ini dinyatakan sangat berpengaruh, metode yang diberikan membuat siswa tidak bosan, dan sangat fokus pada pembelajaran, dan diakibatkan hasil shooting pun baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Hadzig Khairul Dan Musadad Anwar. (2016). *Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Untuk Siswa Sma-Ma/Smk Kelas X*. Bandung: Yrama Widya.
- Luxbacher Joseph A. (2016) *Sepak Bola*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Crieshandi, F., Ramadi, D., Pd, S., Kes,

M., Vai, A., Pd, S., & Pd, M. (N.D.). *The Effect Of Instep Drive Exercise Tracking On Shooting Skill On Team Ssb Duri Galaxy*. 1–12.

- Iswara, W., Gunawan, A., & Dalifa, D. (2018). Pengaruh Bahan Ajar Muatan Lokal Mengenal Potensi Bengkulu Terhadap Hasil Belajar Siswa. *Jurnal Pgsd*, 11(1), 1–7. <https://doi.org/10.33369/Pgsd.11.1.1-7>

- Marfrets Suseitom Tarukbua. (2014). Kontribusi Panjang Tungkai Terhadap Jauhnya Tendangan Dalam Permainan Sepakbola Pada Siswa Sd Inpres Kapiroe Kecamatan Palolo Kabupaten Sigi Marfrets Suseitom Tarukbua. *E-Journal Tadulako Physical Education, Health And Recreation*. <https://doi.org/10.1017/Cbo9781107415324.004>

- Nasution, A. (2018). Survei Teknik Dasar Berman Sepak Bola Pada Siswa Smkt Somba Opu Kabupaten Gowa. *Ilmu Keolahrgaan*, 1–10.

- Pratama, B. A., & Maujud, M. F. (2019). *Efektivitas Model Latihan Shooting Instep Drive Berbasis Drill Pada Cabang Olahraga Sepakbola Tingkat Pelajar*. 668–674.

- Rajidin. (2014). Model Latihan Shooting Ke Gawang Pada Mahasiswa Ukm Sepak Bola Ikip-Pgri Pontianak. *Jurnal Pendidikan Olah Raga*, 3(2), 192–201.



- Rubiana, I. (2017). *Seri Pendidikan Issn 2476-9312 Pengaruh Pembelajaran Shooting (Free Throw) Dengan Alat Bantu Rentangan Tali Terhadap Hasil Shooting (Free Throw) Dalam Permainan Bola Basket Kata Kunci : Pembelajaran , Shooting , Alat Bantu , Bola Basket Seri Pendidika. 3(2), 248–257.*
- Siswa, T., Ips, K. X., & Negeri, S. M. A. (2017). *Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani, 1 (1) 2017. 1(1), 44–49.*
- Utama, M. W., Insanisty, B., & Syafrial, S. (2017). Analisis Kemampuan Teknik Dasar Bermain Sepakbola Pada Pemain Usia 16 Tahun. *Kinestetik, 1(2), 96–100.* <https://doi.org/10.33369/Jk.V1i2.3471>
- Mielke Danny. (2018). *Dasar-Dasar Sepak Bola*. Bandung: Pt Intan Sejati.
- Mylsidayu Apta Dan Kurniawan Febi. (2015). *Ilmu Kepelatihan Dasar*. Bandung: Alfabeta.
- Putra Tomy Dwi. (2018). *Pengaruh Latihan Tembakan Ke Gawang Instep Drive Terhadap Kemampuan Shooting Pada Tim Sepak Bola Talenta Fc Kota Dumai*. Riau: Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Riau.
- Rahmani Mikanda. (2014). *Buku Super Lengkap Olahraga*. Jakarta: Dunia Cerdas
- Siregar Syopian. (2014). *Statistika Parametrik Untuk Penelitian Kuantitatif Dilengkapi Dengan Perhitungan Manual Dan Aplikasi Spss Versi 17*. Jakarta: Pt Bumi Aksara.

