

## AKURASI TENDANGAN PENALTI MENGGUNAKAN PUNGGUNG KAKI DAN KAKI DALAM PADA SSB SS 79 SUKOREJO KENDAL TAHUN 2021

Herlambang Eko Saputro  
[Herlambang.eko1997@gmail.com](mailto:Herlambang.eko1997@gmail.com)  
Universitas PGRI Semarang

### ABSTRACT

*This study aims to determine the difference in the accuracy of penalty kicks using the inner legs and insteps in football players in SSB SS 79 Sukorejo Kendal. This study is a comparative descriptive SSB SS 79 football player Sukorejo Kendal, with 20 students. Data collection using tests, This research instrument adopts from Asep Sumpena (2011), the test used is a penalty kick test using the instep and inner legs. The test and measurement result data are then analyzed through prerequisite tests (normality and homogeneity), and hypothesis tests (t-tests), to determine the results of the study. The results of the study explained that: (1) there was a difference in kicking the penalty ball using the inner leg and instep in SSB SS 79 football player Sukorejo Kendal. Indicated by a t count of 3.605 and a signification rate of 5%. (2) the accuracy of kicking using the inner foot is better than the accuracy of kicking using the instep on football players in SSB SS 79 Sukorejo Kendal. Based on the average score of the inner leg kick of 12.22, it is higher than the average score of the instep kick of 9.26.*

**Keywords :** *penalty kick, inner foot, instep*

### ABSTRAK

Riset ini bertujuan buat mengenali perbandingan akurasi menendang memakai kaki luar serta kaki dalam pada pemain sepak bola kelompok SSB SS 79 Sukorejo Kendal. Riset ini ialah riset deskriptif komparatif. Subjek dalam riset ini merupakan pemain sepak bola SSB SS 79 Sukorejo Kendal, dengan jumlah siswa 23 anggota. Pengambilan informasi memakai uji, Instrumen riset ini mengadopsi dari Asep Sumpena( 2011), uji yang digunakan merupakan uji tendangan penalti memakai punggung kaki serta kaki dalam. Informasi hasil uji serta pengukuran setelah itu di analisis lewat uji prasyarat( normalitas serta homogenitas), serta uji hipotesis( uji- t), buat mengenali hasil riset. Hasil riset menarangkan kalau:( 1) terdapat perbandingan tendangan memakai kaki luar serta kaki dalam kaki untuk pemain sepak bola. SSB SS 79 Sukorejo Kendal. Didapat t hitung 3, 605 serta taraf signifikansi sebesar 5%.( 2) akurasi tendangan memakai kaki dalam lebih bagus dibanding memakai kaki luar pada pemain sepak bola SSB SS 79 Sukorejo Kendal. Bersumber pada rata-rata nilai menendang kaki dalam sebanyak 12, 22 selisih besar dibanding rata-rata nilai menendang kaki luar sebanyak 9, 26.

**Kata kunci :** *tendangan penalti, kaki bagian dalam, punggung kaki*

## PENDAHULUAN

Sepak bola ialah game beregu yang memerlukan kerja sama regu yang baik buat mencapai kemenangan. Keahlian metode bawah tiap pemain hendak memastikan mutu game regu. Dengan demikian, kecakapan individual yang besar hendak sangat mempengaruhi pada mutu regu. Menendang bola yang baik merupakan salah satu metode yang mempengaruhi pada game sepak bola, buat menendang bola dengan baik, pemain wajib ketahui tempat perkenaan bola (*impact*) dengan kaki, serta tumpuan yang pas, ialah kaki tumpu diletakan disamping bola, kaki tendang diayun dari balik, perkenaan bagian kaki merupakan wilayah batasan antara kaki depan dengan kaki bagian balik, tangan direntangkan buat penyeimbang dan pandangan mata terencana pada bola, sehabis menendang diteruskan gerakan kaki menjajaki gerakan tending (*follow trough*).

Perkembangan teknik sepak bola ada beberapa macam, diantaranya mengumpan, menendang, mengontrol, dan menyundul bola. Keanekaragaman teknik tersebut harus dikuasai dengan baik oleh setiap pemain. Pakar sepak bola sepakat bahwa teknik merupakan elemen terpenting dalam sebuah permainan. Sehingga setiap pemain wajib menguasai teknik sepak bola. Penguasaan teknik tersebut wajib dikuasai oleh setiap pemain agar dapat menyajikan sebuah permainan yang baik dan menghibur bagi penikmatnya.

Pemain sepak bola dituntut untuk mengembangkan bakat dan potensi yang dimilikinya, diantaranya penalti, sedangkan pada faktor lain penalti dilakukan apabila dalam suatu permainan berakhir dengan skor yang sama kuat dalam dua kali empat puluh lima menit ditambah dua kali lima belas tambahan waktu, Seringkali kita melihat banyak pemain besar juga gagal dalam melakukan penalti, jika dilihat dari faktor teknik dan mental, kita tak perlu lagi meragukan kualitas pemain, jadi masih ada lagi hal selain kualitas dan teknik, diantaranya faktor emosi dan pengendalian diri saat akan melakukan tendangan penalti. Penalti sendiri bisa dikatakan baik apabila pemain dapat mengecoh kiper atau berhasil mencetak goal ke gawang. Sedangkan pemain yang baik bukan hanya dilihat dari seberapa banyak seorang pemain mencetak goal, tetapi pemain yang sanggup menguasai serta memahami teknik- teknik sepak bola serta sanggup memperlihatkan dalam tiap pertandingan dengan game yang indah.

Menendang bola merupakan sesuatu usaha buat memindahkan bola dari sesuatu tempat ke tempat lainya dengan memakai kaki ataupun bagian kaki (A. Sarumpaet, 1991: 13). Seseorang pemain yang tidak bisa memahami metode menendang bola dengan baik tidak hendak bisa jadi pemain yang baik. Kesebelasan yang baik merupakan sesuatu kesebelasan yang seluruh pemainnya memahami metode menendang bola dengan baik, kilat, teliti, serta pas sasaran, pada sahabat yang jauh ataupun dalam membuat berhasil ke mulut gawang lawan (Sukatamsi, 1984: 44).

Menendang bola ialah salah satu metode yang wajib dipahami oleh seseorang pemain sepak bola, sebab bersumber pada gunanya, menendang bola bisa digunakan selaku metode membagikan (mengoper) bola kepada sahabat dalam bermacam jarak serta menembak bola ke gawang. Shooting ataupun tembakan kegawang ialah salah satu metode buat memasukan bola ataupun menghasilkan berhasil ke gawang lawan dengan memakai kaki secara baik serta benar.

## **METODE PENELITIAN**

### **Desain Penelitian**

Riset ini merupakan riset komparatif dengan memakai tata cara Survey test. Metode survey bisa digunakan buat mengukur tanda - tanda yang terdapat tanpa menyelidiki mengapa tanda - tanda tersebut terdapat, sehingga tidak butuh memperhitungkan ikatan antara variable - variabel( Syarifudin, 2003).

### **Populasi dan Sampel**

Populasi merupakan totalitas subjek riset (Suharsimi Arikunto, 2010). Populasi riset disini merupakan anggota Sekolah Sepak Bola (Ssb) SS 79 Sukorejo Kendal yang berjumlah 36 pemain. Sampel contoh yang digunakan untuk riset disini merupakan anggota sekolah sepak bola SS 79 Sukorejo Kendal kelompok usia 12 tahun yang berjumlah 23 orang.

### **Instrumen Penelitian**

Bagi Suharsimi Arikunto( 2010) *instrument* merupakan perlengkapan ataupun faliditas yang digunakan oleh periset dalam mengumpulkan informasi supaya pekerjaanya lebih gampang serta hasilnya lebih baik, dalam makna lebih teliti, lengkap, serta sistematis sehingga lebih gampang diolah, Instrumen yang bisa dipertanggung jawabkan hasil pengukuranya, apabila memiliki ataupun penuhi syarat- syarat *instrument* ialah validitas serta realibilitas uji. Instrumen riset ini mengadopsi dari Asep Sumpena( 2011), uji yang digunakan merupakan uji tendangan penalti memakai punggung kaki serta kaki dalam.

### **Teknik Analisis Data**

#### **1. Uji Analisis Normalitas**

Uji normalitas yang digunakan buat mengenali wajar ataupun tidaknya distribusi informasi yang diperoleh. Uji normalitas ini memakai metode *Kolmogorov- Smirnov* dicoba dengan dorongan program pc SPSS. Kaidah yang digunakan buat mengenali wajar ataupun tidaknya sesuatu sebaran merupakan bila  $p > 0,05$  hingga wajar, kebalikannya bila  $p < 0,05$  sebaran dikatakan tidak wajar.

## 2. Uji Analisis Homogenitas

Uji homogenitas yakni syarat yang wajib dipadati untuk mencoba analisis varian dengan mengerjakan percobaan homogenitas varian keberadaan yang sama. Rumus yang dipergunakan buat menghitung homogen dan mengenakan Uji F karena hanya mengenakan dua variabel 2, untuk studi ini buat mencari signifikan harga analisis varian uji diperoleh dari perhitungan data hasil uji dan pengukuran dengan harga dalam tabel anova pada taraf signifikansi 5%.

## 3. Uji Analisis Hipotesis

Metode buat mencari perbandingan antara ketepatan tendangan penalti memakai kaki dalam serta kaki luar menggunakan riset disini merupakan uji- t ilustrasi berhubungan (correlated samples), ialah subjek ilustrasi yang dikenai perlakuan itu sama, dengan taraf 5% yang pekerjaannya dibantu oleh program SPSS pc. Dari sumber yang diolah informasi menggunakan t uji tadi mendapat t hitung yang berbentuk nilai yang akan dikonfirmasi pada t table untuk taraf signifikan 5%.

## Hasil dan Pembahasan

### Hasil Penelitian

#### 1. Uji Normalitas

Uji normalitas ialah jumlah yang hanya memperhitungkan probabilitas buat mendapat perbandingan jumlah yang asli untuk jumlah yang diperkirakan maupun frekuensi teoritik dalam kategori jenis tertentu sebagai akibat kesalahan sampling. Pengujian normalitas sebaran data mengenakan rumus *kolmogrov-smirnov*. Diperoleh hitungan uji normalitas buat nilai akurasi menendang kaki dalam dengan nilai menendang kaki luar bisa di lihat semacam table di bawah:

**Tabel 4. Uji Normalitas**

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Dr	Sig.	Statistic	df	Sig.
punggung kaki	,168	23	,091	,973	23	,766
kaki dalam	,136	23	,200*	,955	23	,374

\*This is a lower bound of the true significance.

#### a. Lilliefors Significance Correction

Bersumber pada table tersebut menendang dengan kaki dalam memperoleh nilai sig. 0,7660,05 dan 0,3740,05 oleh karena itu, hipotesis yang memberi tahu ilustrasi berasal dari populasi berdistribusi normal diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan jika kenormalan distribusi dipadati.

## 2. Uji Homogenitas

Uji homogenitas bertujuan buat mengenali adakah informasi diperoleh berasal di varian yang sama, buat tes homogen informasi dipergunakan uji F serta uji eleven' s yang ada dalam metode analisa ANOVA (*Analisis Of Varians*). Hasil sepenuhnya bisa dilihat semacam di tabel 5 di dasar ini:

**Tabel 5. Uji Homogenitas**

### Test of Homogeneity of Variances

akurasi tendangan

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
1,282	1	44	,264

Karena nilai sig. Lebih besar dari 0.05 maka data dinyatakan homogeny. Bersumber pada perhitungan di table 5 tersebut, didapat sig 0, 264 lebih dari 0, 05( 0, 2640, 05) dari sebab tersebut, bisa disimpulkan jika keseluruhan di studi ini berasal dari varians yang sama.

### Pembahasan

Bersumber pada hasil analisis riset uji keakuratan menendang memakai kaki dalam serta kaki luar, menampilkan terdapatnya perbandingan. Maksudnya terdapat perbandingan akurat. Maksudnya terdapat perbandingan keakuratan antara memakai kaki dalam serta kaki luar pada kelompok pemain SSB SS 79 Sukorejo Kendal. Informasi tendangan kaki dalam nilai paling sedikit 6, nilai paling tinggi 17, serta rata-rata 12, 22. Sebaliknya tendangan kaki luar nilai paling sedikit 4, nilai paling tinggi 15, dan rata-rata 9, 26

Bersumber pada hasil uji akurasi menendang memakai kaki luar serta kaki dalam pemain sepak bola yang memperoleh nilai paling tinggi 17 cuma 2 anak, sehingga hasilnya kurang memuaskan. Perihal itu bisa diakibatkan sebab terdapat sebagian aspek yang membuatnya, yakni: 1) kurang latihan menendang. 2) terdapatnya tantangan yang diberikan pada dikala penerapan uji ialah ke arah sisi kanan serta kiri gawang yang kecil ukuranya, sehingga siswa sangat berhati hati dalam melaksanakan tendangan serta hasilnya kurang optimal. 3) pemain melaksanakan tendangan sangat berjaga - jaga sebab khawatir menimpa tali plastik yang berperan selaku ciri, dengan kondisi semacam tersebut banyak itu terjalin tendangan yang tidak masuk ke dalam gawang sasaran apalagi tidak masuk ke dalam gawang. Ketepatan merupakan keahlian buat memusatkan suatu secara ampuh kepada objek cocok dengan kehendak ataupun

kemauan. Hasil riset yang dicoba menampilkan kalau tingkatan akurasi menendang kaki dalam dominan lebih tepat dibanding kaki luar saat dikala melaksanakan tes uji menendang. Perihal tersebut didasarkan sebab secara aplikasi menendang kaki dalam memiliki keunggulan ialah gampang menempatkan bola wilayah yang di kehendaki. disebabkan pada dikala menendang perkenaan kaki dengan bola lebih banyak. Sebaliknya tendangan kaki luar sentuhan pada bola kurang serta laju bola cenderung keras sehingga sulit dikontrol. Putaran tubuh dikala memusatkan bola sangat mempengaruhi dengan tujuan yang di idamkan, sehingga tendangan kaki dalam kerap dipakai buat tendangan ke wilayah musuh *penalty*. Bersumber pada hasil analisis riset uji akurasi menendang kaki dalam serta kaki luar menampilkan terdapatnya perbandingan yang signifikan. Maksudnya terdapat perbandingan akurasi menendang kaki dalam serta kaki luar.

## **KESIMPULAN**

Bersumber pada hasil riset yang sudah diperoleh dengan analisis, hingga bisa ditarik kesimpulan kalau: “ Terdapat perbandingan akurasi tendangan ketepatan menendang memakai kaki dalam dan kaki luar untuk pemain sepak bola SSB SS 79 Sukorejo Kendal”. Akurasi tendangan kaki dalam baik dibanding akurasi tendangan memakai kaki luar untuk pemain sepak bola di SSB SS 79 Sukorejo, disebabkan perkenaan bola lebih banyak dibanding memakai kaki luar, kaki dalam lebih gampang buat mengendalikan tujuan serta kecepatan.

## **DAFTAR PUSATAKA**

- A.Sarumpaet. (1992). *Permainan Dasar*. Jakarta: Dirjen Dikti Depdikbut
- Amin, H.M. (2018). *Perbandingan Akurasi Long Pass Menggunakan Kaki Bagian Luar Dan Punggung Kaki Terhadap Siswa Ekstra Kulikuler Sepak bola SMA Negeri 3 Kota Sukabumi Tahun 2018*.
- Asep Sumpena. (2011). “Efektivitas Tendangan Penalti 6 Meter Antara Punggung Kaki, Kaki Bagian Dalam Dan Ujung Kaki”.
- Clive Gifford. (2002). *Ketrampilan Sepak bola*. Klaten: Erlangga
- FIFA. (2000). *Laws Of The Game peraturan Sepak bola*. Jakarta: PSSI
- Harsono. 1988. *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologi dalam Coacing*. Jakarta:CV.Tambak Kusuma.

- Kriswanto, E (2017). *Perbedaan Akurasi Shooting Antara Punggung Kaki Bagian Dalam Dan Punggung Kaki Penuh Pada Pemain SSB Margolangu FC Jogorogo.*
- Kurniawan, J.F (2012). *Perbedaan Ketepatan Tendangan Penalti Menggunakan Kaki Bagian Dalam Dan Punggung Kaki Pada Peserta Ekstrakurikuler Sepak bola Di SMA N 2 Seleman.*
- Mielke, Danny. (2007). *Dasar-Dasar Sepak bola.* Bandung: Pakar Raya.
- Nurhasan. (2007). *Modul Tes dan Pengukuran Keolahragaan.* Bandung UPI Press.
- Remmi Mochtar. (1992). *Olahraga Pilihan Sepak bola.* Jakarta: Dara Press
- Rubiyanto Hadi. (2007). *Ilmu Kepeleatihan Dasar.* Semarang: Cipta Prima Nusantara.
- Sucipto. (2000). *Sepak bola.* Departemen Pendidikan dan Kebudayaan: direktorat Jendral Pendidikan dan Kebudayaan.
- Sneyer, Joseph. (1990). *Petunjuk dan Latihan Sepak bola Remaja.* Jakarta: PT Roda Jaya Putra.
- Sutsno Hadi. (2004). *Statistik Jilid I,* Yogyakarta: Andi Offset
- Suharsimi Arikunto. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek.* Jakarta: Rineka Cipta.