

HUBUNGAN TINGKAT KONSENTRASI SISWA TERHADAP HASIL KETEPATAN SHOOTING SEPAK BOLA

(Studi pada Peserta Ekstrakurikuler Sepak Bola di SMPN 4 Kota Mojokerto)

Muhibuddin Najib*, Anung Priambodo

S-1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Olahraga

Universitas Negeri Surabaya

*muhibuddinnajib@mhs.unesa.ac.id

Abstrak

Permainan sepak bola memiliki teknik yang membutuhkan konsentrasi, salah satunya adalah *shooting*. Dalam melakukan *shooting* sepak bola selain dibutuhkan pemilihan teknik cara menendang bola yang benar, juga diperlukan konsentrasi yang tinggi supaya bola yang akan ditendang dapat tertuju ke target yang dituju serta mencetak gol. Penelitian ini mempunyai tujuan untuk mengetahui hubungan tingkat konsentrasi siswa terhadap hasil ketepatan *shooting* pada peserta ekstrakurikuler sepak bola di SMPN 4 Kota Mojokerto. Penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian non-eksperimen. Desain penelitian yang digunakan adalah desain korelasional. Jumlah sampel dalam penelitian ini berjumlah 33 siswa. Cara mendapatkan data tingkat konsentrasi menggunakan *grid concentration test* dan tes keterampilan *shooting* menggunakan sasaran gawang gantung yang dilakukan satu kali pertemuan. Penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara tingkat konsentrasi terhadap hasil ketepatan shooting pada peserta ekstrakurikuler sepak bola di SMPN 4 Kota Mojokerto. Hasil perhitungan korelasi product moment nilai $r_{hitung} > r_{tabel}$ ($0,389 > 0,344$) dan besar sumbangannya sebesar 15,13 % sehingga dengan demikian tingkat konsentrasi siswa memberikan pengaruh yang besar terhadap keberhasilan *shooting* pada peserta ekstrakurikuler sepak bola di SMPN 4 Kota Mojokerto tahun ajaran 2018 /2019.

Kata Kunci: tingkat konsentrasi, ketepatan *shooting*, ekstrakurikuler

Abstract

Soccer has various techniques that need concentration, one of them is shooting. In soccer shooting, it does not only need a right technique for kicking a ball, but it also requires a high concentration so that the ball to be kicked can be aimed at the target and score. This research was aimed to determine the level of relationship of student concentration to the results of accuracy shooting at the football extracurricular participants in Junior High School 4 in Mojokerto. This research was non-experimental. Design of the research was correlational design. The subjects was 33 students. Data was collected by using concentration test grids and shooting skill tests using a hanging goal in a one-time meeting. The results showed that there was a correlation between the level of concentration on the results of accuracy shooting at the soccer extracurricular participants in Junior High School 4 in Mojokerto. Correlation results showed that $r_{hitung} > r_{tabel}$ value ($0,389 > 0,344$) and large donation of 15,13% so that thus the level of concentration of students have a big influence on the success of shooting at the soccer extracurricular participants in Junior High School 4 Kota Mojokerto School year 2018/2019.

Keywords: concentration level, shooting accuracy, extracurricular

PENDAHULUAN

Ekstrakurikuler olahraga sepak bola adalah satu dari beberapa ekstrakurikuler yang diminati dari banyak siswa. Hal ini karena telah banyak prestasi yang di capai oleh tim sepak bola SMPN 4 Kota Mojokerto. Menurut Abdullah, dkk (2016: 668), sepak bola merupakan olahraga yang populer di dunia yang bisa dilakukan oleh pria dan wanita, anak-anak dan orang dewasa dengan tingkat partisipasi yang berbeda, dan tujuannya adalah untuk membuat gol dengan memaksa bola agar masuk ke garis gawang lawan. Performa sepak bola tergantung pada elemen multilateral seperti teknis, taktis, komponen fisiologis, dan psikologis. Dalam aturan permainan sepak bola, batasan utama adalah pemain tidak dapat menggunakan tangan mereka kecuali situasi lemparan ke dalam. Itulah sebabnya sebagian besar strategi keterampilan telah dicapai dengan menggunakan kaki yaitu menembak bola secepat mungkin kearah gawang sangat penting untuk memenangkan sepak bola.

Dalam permainan sepak bola terdapat suatu teknik menendang bola ke arah gawang yaitu *shooting*. *Shooting* adalah salah satu teknik paling utama dalam keberhasilan mencetak gol dalam olahraga sepak bola dengan power dan akurasi yang tepat. Agar dapat berhasil dalam tembakan atau tendangan perlu dilakukan dengan teknik-teknik yang benar (Ou, YC, & Cheng, KB, 2016:906). Menurut Ratkhe (2017: 515) *shooting* dalam sepak bola termasuk teknik yang paling terpenting karena tim yang menang lebih banyak menembak dan berbuah gol adalah tim yang memenangkan pertandingan.

Dalam melakukan *shooting* sepak bola keakuratan bola menembak dianggap sebagai kemampuan pemain sepak bola yang baik adalah pemain yang mampu melakukan tindakan motorik situasional yang kompleks terkoordinasi dalam ruang tertentu dan dalam periode waktu sesingkat mungkin dan dengan akurasi bola tembak yang baik (Gardasevic & Bjelica, 2019: 29). Dalam melakukan shooting sepak bola selain dibutuhkan pemilikan teknik cara menendang bola yang benar, juga diperlukan konsentrasi yang tinggi supaya bola yang akan ditendang dapat tertuju ke target yang dituju serta mencetak gol. Menurut Setyobroto (dalam Mylsidayu, 2014: 111) konsentrasi yang dimaksud merupakan suatu kejadian dimana atlet memfokuskan pandangan terhadap rangsang yang dituju (satu titik) pada waktu tersebut serta mempunyai kesadaran yang menuju pada salah satu hal atau target tertentu yang tidak mudah goyah dan harus fokus ke target agar tidak kesulitan dalam melakukan hal konsentrasi.

Ketepatan *shooting* sepak bola merupakan kemampuan seseorang untuk mengendalikan gerak. Gerak bebas terhadap suatu sasaran. Ketepatan juga merupakan komponen yang sangat penting dalam permainan sepak bola, disamping unsur-unsur yang lainnya. Jadi unsur ketepatan perlu dilatih karena sangat dibutuhkan dalam mencapai keterampilan yang optimal. Menurut Anam (2013, 79) menyatakan bahwa ketepatan adalah kemampuan untuk mengarahkan sesuatu gerak ke sasaran yang akan dituju. Sasaran ini bisa jadi suatu jarak atau suatu objek yang akan dikenai dengan salah satu bagian tubuh. Ketepatan sangat di perlukan pada permainan sepak bola seperti saat mengoper, melempar, *heading*, dan *shooting*.

Menurut Abdurrahman (2017: 231) menyatakan bahwa sikap pribadi pemain merupakan faktor utama yang dapat mendukung atau menunjang keberhasilan dalam menembak bola atau *shooting*. Faktor-faktor yang berpengaruh dalam keberhasilan shooting, antara lain :

1. Panjang tungkai.
2. Ayunan tungkai.
3. Kelentukan.
4. Lebar telapak kaki.
5. Keseimbangan.
6. Kekuatan.
7. Ketepatan.

Berikut ini beberapa faktor yang mempengaruhi ketepatan *shooting* menurut Anam (2013: 80), bahwa faktor-faktor yang dapat memengaruhi ketepatan yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal yaitu faktor-faktor yang berasal dari dalam diri subjek sehingga dapat di kontrol sendiri oleh subjek itu sendiri yaitu:

1. Koordinasi.
2. Ketajaman indra.
3. Penguasaan teknik.
4. Cepat lambatnya gerakan.
5. *Ball feeling* dan ketelitian.
6. Serta kuat atau lemahnya suatu gerakan.

Faktor eksternal yaitu faktor yang berasal dari luar diri subjek, seperti besar kecilnya sasaran dan jauh dekatnya sasaran.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa faktor yang dapat mempengaruhi ketepatan ialah ayunan tungkai, panjang tungkai, cepat lambatnya gerakan, kekuatan, keseimbangan, ketepatan, ketelitian, dan *feeling* serta penguasaan teknik yang benar. Tujuan dari pentingnya ketepatan sasaran *shooting* adalah untuk memaksimalkan sebaik mungkin setiap peluang yang tercipta pada saat pertandingan sepak bola. Manfaat dari pentingnya ketepatan sasaran akan memudahkan pemain untuk membuat gol sebanyak-banyaknya ke

gawang lawan dan memenangkan pertandingan dengan mudah.

Konsentrasi memiliki peranan penting dalam sebuah cabang olahraga khususnya sepak bola. Konsentrasi adalah keadaan dimana atlet memiliki kesadaran penuh dan tertuju kepada sesuatu objek tertentu yang tidak mudah goyah. Dengan demikian konsentrasi itu perlu dilatihkan kepada atlet. Apabila konsentrasi tidak dilatihkan kepada atlet maka atlet cenderung gagal dalam mengembangkan konsentrasi. Menurut Priambodo (dalam Utomo, 2017: 1) mengatakan “pekerjaan manusia akan lebih cepat dan lebih baik apabila dikerjakan dengan berkonsentrasi”. Sedangkan menurut Komaruddin (2015: 138) konsentrasi adalah kemampuan untuk memusatkan perhatian pada tugas, dengan tidak terpengaruh oleh stimulus yang bersifat eksternal dan internal. Dimana konsentrasi ini memengaruhi hasil seorang pemain saat melakukan *shooting* tepat ke arah gawang sesuai sasaran dan terjadi gol.

Menurut pengamatan penulis yang pernah jadi guru Program Pengelolaan Pembelajaran di SMP Negeri 4 Kota Mojokerto pada saat penulis mendampingi ekstrakurikuler sepak bola banyak siswa yang menendang bola ke gawang tidak sesuai sasaran atau banyak yang melenceng dan melambung ke atas sehingga gagal mencetak gol. Hal ini dikarenakan tingkat konsentrasi yang rendah pada saat melakukan *shooting*, karena dengan konsentrasi bisa tertuju kepada suatu objek yang dituju meskipun dalam melakukan *shooting* ada banyak faktor yang mempengaruhi tingkat keberhasilan *shooting*. Oleh karena itu mengapa konsentrasi sangat diperlukan dalam melakukan *shooting* sepak bola, karena konsentrasi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi keberhasilan dalam mencetak poin atau gol.

Tujuan dari penelitian ini adalah ingin mengetahui “Hubungan tingkat konsentrasi siswa terhadap hasil ketepatan *shooting* sepak bola” pada peserta ekstrakurikuler sepak bola di SMP Negeri 4 Kota Mojokerto.

METODE

Jenis penelitian ini memakai jenis penelitian non-eksperimen. Penelitian non-eksperimen adalah suatu penelitian yang lebih menekankan pada validitas eksternal. Pada penelitian non-eksperimen, peneliti tidak melakukan manipulasi, intervensi, atau memberikan perlakuan. Perubahan yang ada telah terjadi pada waktu yang lampau (Maksum, 2018: 127). Dalam Penelitian ini sampel yang digunakan adalah peserta ekstrakurikuler SMP Negeri 4 Kota Mojokerto yang berjumlah 33 siswa.

Instrumen dalam penelitian ini untuk mengukur tingkat konsentrasi menggunakan *Grid Concentration Test* yang mengurutkan angka (01, 02, 03, dan seterusnya) yang angka tersebut disusun secara acak dengan batasan waktu 1 menit. *Grid Concentration Test* ini akan membantu siswa berlatih memfokuskan perhatiannya agar tetap fokus pada satu stimulus atau objek tertentu. (Mylsidayu, 2014:120). Sedangkan untuk mengukur *shooting* siswa menggunakan gawang sasaran gantung yang setiap nomor ada nilainya sendiri dengan jarak menendang 16,5 m di depan gawang atau sasaran dan diberi tiga kali kesempatan untuk menendang. Menendang bola ke gawang sasaran gantung mempunyai tujuan mengukur keterampilan menendang bola secara cepat dan tepat kearah sasaran gantung. Nurhasan (dalam Lubis, 2013: 59). Untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara kedua variabel, digunakan analisis korelasi dengan nilai signifikansi hitung 5%.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi data akan disajikan berupa data yang telah didapat dari hasil penelitian menggunakan analisis statistik sebagai berikut:

Tabel 1. Deskripsi Data Perhitungan Hasil Penskoran Hubungan Tingkat Konsentrasi Siswa Terhadap Hasil Akhir Ketepatan Shooting Sepak Bola

No	Variabel	N	Mean	SD	Nilai	
					Min	Max
1	Tingkat Konsentrasi	33	9,69	4,21	4	20
2	Ketepatan Shooting Sepak Bola	33	6,84	3,72	0	15

Berdasarkan data hasil penskoran di atas dapat dilihat konsentrasi siswa terendah adalah 4 dan tertinggi adalah 20 dengan nilai rata-rata 9,69, sedangkan ketepatan shooting sepak bola paling rendah adalah 0 dan paling tinggi adalah 15 dengan nilai rata-rata 6,84.

Tabel 2. Deskripsi Data Uji Normalitas

Variabel	Mean	SD	Sig	A	Uji Normalitas
Konsentrasi	9,69	4,21	0,136	0,05	Normal
Shooting	6,84	3,72	0,781	0,05	Normal

Berdasarkan data uji normalitas di atas, diketahui bahwa pada tingkat konsentrasi siswa taraf signifikansi (P Value) sebesar 0,136 dan lebih besar dari taraf signifikansi 0,05 (5%). Pada tingkat ketepatan *shooting* sepak bola taraf signifikansi (P Value) sebesar 0,781

lebih besar dari taraf signifikansi 0,05 (5%). Jadi dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal.

Tabel 3. Deskripsi Data Korelasi Product Moment

Rhitung	Sig	A
0,389	0,025	0,05

Berdasarkan data perhitungan korelasi dapat diketahui bahwa rhitung sebesar 0,389 yang kemudian dibandingkan dengan rtabel dengan taraf signifikan 0,05 (5%), maka didapat nilai rtabel sebesar 0,344. Dengan demikian rhitung lebih besar dari rtabel ($0,389 > 0,344$). Maka data korelasi hubungan tingkat konsentrasi siswa terhadap hasil ketepatan *shooting* sepak bola pada peserta ekstrakurikuler sepak bola di SMP Negeri 4 Kota Mojokerto dapat dikatakan signifikan dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara hubungan tingkat konsentrasi siswa terhadap hasil ketepatan *shooting* sepak bola pada peserta ekstrakurikuler sepak bola di SMP Negeri 4 Kota Mojokerto tahun ajaran 2018/2019. Untuk mencari angka presentase hubungan tersebut menggunakan rumus:

$$K=r^2 \times 100\% = 0,389^2 \times 100 \% = 15,13\% \quad (1)$$

Berdasarkan hasil perhitungan besarnya sumbangan antara tingkat konsentrasi siswa terhadap hasil akhir ketepatan *shooting* dalam permainan sepak bola sebesar 15,13% sedangkan sisanya 84,87% ditentukan oleh faktor-faktor lainnya sehingga dengan demikian tingkat konsentrasi siswa memberikan pengaruh yang besar terhadap keberhasilan *shooting* sepak bola di SMP Negeri 4 Kota Mojokerto tahun ajaran 2018/2019. Di dalam bola basket juga memerlukan tingkat konsentrasi untuk memasukkan bola ke dalam ring. Hal ini dibuktikan pada penelitian Cahya (2017) dengan judul "Hubungan Tingkat Konsentrasi Siswa Terhadap Hasil Akhir *Under Basket Shoot* Pada Peserta Ekstrakurikuler Bola Basket di SMAN 11 Surabaya". Ada hubungan yang signifikan antara tingkat konsentrasi siswa terhadap hasil akhir *under basket shoot* dengan besar sumbangan 21,25%. Di dalam olahraga bola voli juga memerlukan tingkat konsentrasi, hal itu dibuktikan pada penelitian Hartanti (2016) dengan judul skripsi "Hubungan Tingkat Konsentrasi Siswa Terhadap Ketepatan Service Atas Dalam Permainan Bola Voli Pada Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli di SMKN 1 Surabaya". Ada hubungan yang signifikan antara tingkat konsentrasi terhadap ketepatan *service* atas bola voli dengan besar sumbangan 24,5%.

PENUTUP

Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil perhitungan statistik menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara tingkat konsentrasi siswa dengan hasil akhir ketepatan *shooting* sepak bola di SMP Negeri 4 Kota Mojokerto tahun ajaran 2018/2019.
2. Sumbangan tingkat konsentrasi siswa terhadap ketepatan *shooting* dalam permainan sepak bola pada peserta ekstrakurikuler sepak bola di SMP Negeri 4 Kota Mojokerto tahun ajaran 2018/2019 yaitu sebesar 15,13%

Saran

Saran yang diajukan oleh peneliti sebagai hasil dari proses penelitian yang telah dilakukan yaitu:

1. Diharapkan kepada guru ekstrakurikuler harus selalu mengingatkan siswa agar berkonsentrasi beberapa saat sebelum melakukan *shooting* supaya *shooting* yang dilakukan berhasil atau tepat kepada sasaran.
2. Hasil penelitian ini digunakan sebagai acuan bagi guru ekstrakurikuler bahwasannya konsentrasi perlu diberikan dalam melakukan *shooting* agar mendapatkan hasil *shooting* yang terbaik.
3. Guru ekstrakurikuler harus memberikan pemahaman bagaimana pentingnya konsentrasi dalam kegiatan yang dilakukan oleh siswa, karena semua kegiatan membutuhkan tingkat konsentrasi yang tinggi agar terselesaikan dengan cepat dan tepat.
4. Untuk penelitian selanjutnya lebih memperhatikan sampel yang berbeda maka akan mendapatkan hasil yang berbeda.
5. Untuk penelitian selanjutnya perlu diperhatikan tempat pengisian *Grid Concentration Test* di ruang kelas agar suasana tercipta lebih tenang dan kondusif.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, M. R., Maliki, A. B. H. M., Musa, R. M., Kosni, N. A., & Juahir, H. (2016). Intelligent prediction of soccer technical skill on youth soccer player's relative performance using multivariate analysis and artificial neural network techniques. *International Journal on Advanced Science, Engineering and Information Technology*, 6(5), 668-674.
- Abdurrahman, Saifuddin Alqadri. (2017). Hubungan Keseimbangan dengan Shooting dalam Permainan Sepak Bola. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi*, 3(3): 225-233.

- Anam, Khairil. (2013). Pengembangan Latihan Ketepatan Tendangan dalam Sepak Bola untuk Anak Kelompok Umur 13-14 Tahun. *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 3(2): 78-88.
- Cahya, IC. (2017). *Hubungan Tingkat Konsentrasi Siswa Terhadap Hasil Akhir Under Basket Shoot Pada Peserta Ekstrakurikuler Bola Basket di SMAN 11 Surabaya*. Skripsi. Fakultas Ilmu Olahraga. Universitas Negeri Surabaya: Surabaya.
- Gardasevic, J., & Bjelica, D. (2019). Shooting ball accuracy with u16 soccer players after preparation period. *Sport Month*, 17(1), 29-32.
- Hartanti, DM. (2016). *Hubungan Antara Tingkat Konsentrasi Siswa Terhadap Ketepatan Service Atas Dalam Permainan Bola Voli*. Skripsi. Tidak Diterbitkan. Fakultas Ilmu Olahraga. Universitas Negeri Surabaya: Surabaya.
- Komaruddin. (2015). Psikologi Olahraga. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Lubis, Muaro. (2013). *Pengaruh Latihan Terpusat dan Latihan Acak Terhadap Penguasaan Keterampilan Dasar Passing, Dribbling, dan Shooting dalam permainan sepak bola*. Skripsi. Diterbitkan. Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan. Universitas Pendidikan Indonesia: Bandung.
- Maksum, Ali. (2018). *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya University Press.
- Mylsidayu, Apta. (2014). Psikologi Olahraga, Jakarta: Pt Bumi Aksara.
- Ou, YC., & Cheng, KB. (2016). Effect of approach speed on soccer shooting performance. *International Conference on Biomechanics in Sports, Tsubuka, Japan, Juiy* 18-22.
- Ratkhe, A. (2017). An examination of expected goals and shot efficiency in soccer. *Journal of Human Sport and Exercise*, 12(2), 514-529.
- Utomo, BE. (2017). Kontribusi Tingkat Konsentrasi Terhadap Ketepatan Shooting Futsal. *Jurnal Kesehatan Olahraga*. 07(3): 74-80.

