

# ANALISIS KEMAMPUAN *SHOOTING* SEPAK BOLA USIA 10-12 TAHUN PADA SEKOLAH SEPAK BOLA (SSB) BINA NUSANTARA KLATEN TAHUN 2022

Muhammad Rizqon Naufal<sup>a</sup>, Widha Srianto<sup>b</sup>, Agustanico Dwi Muryadi<sup>c</sup>

<sup>abc</sup>Pendidikan Jasmani, Universitas Tunas Pembangunan Surakarta

email: [rizqonnaufal@gmail.com](mailto:rizqonnaufal@gmail.com)

---

## INFO ARTIKEL

### Sejarah artikel:

Menerima 1 Juni 2022

Revisi 21 Juni 2022

Diterima 25

Online 30 Juni 2022

### Kata kunci:

Analisis, *Shooting*, Sepak Bola, SSB

---

### Keywords:

Analysis, Shooting, Football, Football School

---

## ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini adalah : untuk mengetahui seberapa besar tingkat kemampuan *shooting* sepak bola usia 10-12 tahun pada SSB Bina Nusantara Klaten. Metode penelitian yang digunakan adalah analisis deskriptif kuantitatif dalam bentuk persentase. Populasi penelitian ini adalah siswa usia 10-12 tahun di SSB Bina Nusantara Klaten yang berjumlah 38 siswa, dengan teknik pengambilan *sampling* yang digunakan adalah *purposive sampling*, dengan kriteria yaitu: (1) Siswa SSB Bina Nusantara Klaten dengan usia 10-12 tahun, (2) Siswa SSB sudah pernah mendapatkan materi teknik dasar *shooting*, (3) Siswa SSB yang sudah bergabung selama kurang lebih 6 bulan. Berdasarkan kriteria tersebut yang memenuhi kriteria adalah 25 orang. Pelaksanaan pengambilan data dilakukan di lapangan sepak bola Desa Jonggrangan. Instrumen yang digunakan adalah tes keterampilan dasar sepak bola untuk anak usia 10-12 tahun yaitu *shooting at the ball*. Analisis data dilakukan dengan norma penilaian keterampilan *shooting* sepak bola dari instrumen tes tersebut. Berdasarkan hasil analisis data, maka penelitian ini menghasilkan simpulan bahwa tingkat kemampuan *shooting* sepak bola siswa usia 10-12 tahun pada SSB Bina Nusantara Klaten tahun 2022 masuk dalam kategori sedang dengan persentase sebesar 36%. Secara keseluruhan tingkat kemampuan *shooting* sepak bola siswa usia 10-12 tahun pada SSB Bina Nusantara Klaten tahun 2022 yaitu kategori "baik sekali" sebanyak 4 siswa dengan persentase sebesar 16%, kategori "baik" sebanyak 7 siswa dengan persentase sebesar 28%, kategori "sedang" sebanyak 9 siswa dengan persentase sebesar 36%. dan kategori "kurang" sebanyak 5 siswa dengan persentase 20%, sedangkan untuk kategori "kurang sekali" sebanyak 0 siswa dengan persentase 0%.

---

## ABSTRACT

*The purpose of this study was: to find out how big the level of football shooting ability at the age of 10-12 years at SSB Bina Nusantara Klaten. The research method used is quantitative descriptive analysis in the form of percentages. The population of this study was students aged 10-12 years at SSB Bina Nusantara*

---

### Style APA

dalam mensitasi artikel ini: [Heading sitasi]

Muhammad Rizqon Naufal . (2022).

Analisis Kemampuan Shooting Sepak Bola Usia 10-12 Tahun Pada Sekolah Sepak Bola (Ssb) Bina Nusantara Klaten Tahun 2022.

Jurnal Ilmiah Penjas (8.2) ( 12-26)

*Klaten, totaling 38 students, with the sampling technique used was purposive sampling, with the following criteria: (1) SSB Bina Nusantara Klaten students aged 10-12 years, (2) SSB students have received basic shooting technique material, (3) SSB students have joined for about 6 months. Based on these criteria, 25 people met the criteria. The implementation of data collection was carried out on the football field of Jonggrangan Village. The instrument used is a basic football skill test for children aged 10-12 years namely shooting at the ball. Data analysis was carried out using the norm for assessing soccer shooting skill from the test instrument. Based on the results of data analysis, this study concludes that the level of football shooting ability of students aged 10-12 years at SSB Bina Nusantara Klaten in 2022 is in the medium category with a percentage of 36%. Overall the level of football shooting ability of students aged 10-12 years at SSB Bina Nusantara Klaten in 2022, namely the "very good" category of 4 students with a percentage of 16%, the "good" category of 7 students with a percentage of 28%, the category "medium" as many as 9 students with a percentage of 36% and the "less" category as many as 5 students with a percentage of 20%, while for the "very less" category as many as 0 students with a percentage of 0%.*

## **1. Pendahuluan**

Olahraga merupakan sebuah bentuk aktivitas fisik yang terstruktur dan terencana dengan melibatkan aktivitas anggota tubuh secara berulang kali yang ditujukan guna mengoptimalkan kesegaran jasmani. Olahraga merupakan sebagian kebutuhan pokok sehari-hari dari setiap manusia. Sebagai suatu kebutuhan pokok manusia, olahraga tidak akan bisa terpisah dari kegiatan sehari-hari karena olahraga adalah bagian dari kehidupan manusia yang mampu mengoptimalkan keadaan fisik manusia baik jasmani ataupun rohani dan mampu menimbulkan rasa senang serta memberikan kesehatan untuk manusia dan juga sebagai sarana rekreasi. Olahraga bisa dilakukan sejak usia dini sampai usia lanjut dan dapat dilakukan kapanpun. Menurut Pangestu, Rakha Candra. dkk, (2021) "Apabila seseorang berolahraga secara konsisten maka akan mampu menambah massa ototnya, karena olahraga dapat memacu sel-sel otot untuk tumbuh dan

berkembang menjadi lebih kuat dan sel-sel otot yang mulanya istirahat akan berbalik aktif”.

Menurut Dwi, (2013) “Sepak bola adalah salah satu cabang permainan olahraga yang amat diminati dan digandrungi oleh masyarakat di seluruh dunia”. Begitu pula di Indonesia, permainan sepak bola sangat dikenal dan sering dimainkan oleh mayoritas warga mulai dari anak-anak, remaja, kaum dewasa sampai orang tua. Tidak hanya laki-laki, bahkan perempuan pun sangat menggemari dan ada pula yang ikut memainkan olahraga tersebut. Misi utama dari cabang permainan sepak bola yaitu membobol gawang lawan sebanyak-banyaknya sehingga tim yang mencetak gol lebih banyak akan keluar sebagai pemenang. Menurut Fadli, (2019) “Di dalam permainan sepak bola, setiap pemain diperkenankan untuk mengaplikasikan seluruh anggota badannya selain tangan. Hanya kiper yang diperkenankan menggunakan lengan dan kaki”.

Permainan sepak bola adalah cabang permainan olahraga beregu atau secara tim. Masing-masing tim pada saat pertandingan terdiri dari 11 pemain. 11 pemain tersebut memiliki tugas yang berbeda, dimulai dari penjaga gawang yang bertugas untuk melindungi gawang, pemain belakang yang bertugas membantu pertahanan, pemain tengah yang bertugas mengatur jalannya permainan dan sebagai penghubung antara pemain belakang dan penyerang, serta yang terakhir adalah penyerang yang berperan untuk membuat gol ke gawang tim lawan. Dalam permainan sepak bola terdapat beberapa teknik dasar yang wajib dikuasai oleh seorang pemain, di antaranya adalah mengoper bola kepada kawan (*passing*), mengontrol bola (*controlling*), menggiring bola (*dribbling*), menyundul bola (*heading*), menembak bola ke gawang lawan (*shooting*).

Dalam sepak bola modern seperti di masa sekarang ini, seorang pemain bukan hanya dituntut menguasai teknik yang sesuai dengan posisi masing-masing, tetapi juga dituntut untuk menguasai teknik lain. Misalnya, seorang pemain bertahan tidak hanya menguasai kemampuan bertahan, merebut bola dan menjaga lawan tetapi juga dituntut mempunyai kemampuan tambahan untuk

mencetak gol. Kelebihan itu dapat digunakan pada saat sebuah tim mengalami kebuntuan dalam mencetak gol. Tugas utama seorang pemain sebenarnya sudah ditentukan sesuai posisi, tetapi diharapkan setiap pemain dapat menguasai teknik menyerang supaya meningkatkan peluang terjadinya gol disaat krusial. Beberapa teknik untuk mencetak gol meliputi *shooting* dengan keras dan *placing shoot*, serta *heading*. Tetapi teknik yang paling sering dilakukan adalah *shooting*, karena mempunyai tingkat keefektifan yang tinggi.

*Shooting* merupakan salah satu dari beberapa teknik dasar yang harus dikuasai dalam permainan sepak bola. Menurut pendapat (Rustendi Edi dan M. Rif'at Hamdy) menyatakan bahwa:

*Shooting* adalah suatu gerakan dimana posisi tubuh normal dan rileks, dengan satu kaki di depan kaki yang lain. Pada saat akan menyentuh bola, segeralah tangan dibuka lebar dan lengan yang satunya terjulur ke belakang. Lutut kaki sedikit ditekuk dan kedua lengan selalu dalam keadaan lurus. Di saat bola mengarah sebelum perkenaan kaki dan bola terlebih dahulu mengubah sikap badan yaitu cenderung berjongkok dari posisi sebelumnya.

Menurut Arista yang dikutip oleh (Rustendi Edi dan M. Rif'at Hamdy, 2014)

menyatakan bahwa:

Jika perkenaan bola tepat dengan meluruskan kaki cenderung condong kedepan, lalu dilanjutkan dengan gerakan lengan ke depan kemudian berhenti selepas kaki sejajar dan bola di letakkan dalam posisi menghadap ke depan, maka akan menimbulkan tendangan yang kuat dan akurat. Untuk melakukan tembakan yang jauh dan akurat dalam sepak bola dengan hasil maksimal, tidak hanya membutuhkan kekuatan tetapi juga memerlukan kemampuan menembak dengan baik. Untuk dapat menciptakan tendangan yang baik, disarankan menggunakan punggung kaki bagian dalam, karena akan menghasilkan tendangan yang melambung jauh dan keras. Teknik tendangan dengan menggunakan kura-kura atau punggung kaki.

*Shooting* dianggap paling efektif untuk mencetak gol karena memiliki kelebihan yang tidak didapatkan pemain saat melakukan teknik lain seperti *heading*. Sebagai contoh pada saat melakukan *shooting* apabila terkena pemain lawan (*deflection*), bola akan lebih sulit diantisipasi oleh penjaga gawang dibandingkan dengan *heading* karena kekuatan bola saat *shooting* sudah dipastikan akan lebih kuat daripada saat *heading*. Sebuah tim yang konsisten dan agresif

menembak bola secara akurat dan keras akan meningkatkan peluang terjadinya gol. Menurut (Saptiyanto, 2015), "Menendang adalah sebuah usaha yang bertujuan untuk memindahkan bola dari suatu tempat menuju tempat lain dengan menggunakan kaki". Menendang bola bisa dilakukan dengan berbagai macam, seperti pada saat bola dalam keadaan diam, menggelinding bahkan melayang di udara. Sementara itu Istofian, Robi Syuhada dan Fahrial Amiq, (2016: 106) berpendapat bahwa:

Jenis *shooting* tergolong menjadi 6, yaitu *the knuckle shot (shooting punggung kaki)*, *swerve shot* (tembakan menyimpang), *full volley*, *half volley*, *side volley*, dan *flying volley*. Dari 6 jenis *shooting*, *the knuckle shot (shooting punggung kaki)* yang lebih sering digunakan oleh pemain sepak bola. Belakangan ini sepak bola bukan hanya dimainkan sebagai hiburan atau pengisi waktu luang, akan tetapi sudah sangat dituntut untuk berprestasi setinggi-tingginya. Prestasi yang tinggi tidak akan didapat dengan cuma-cuma, dibutuhkan latihan-latihan yang terencana, terstruktur dan dilakukan secara terus-menerus. Hal ini sudah sangat wajar, karena sepak bola sudah dipertandingkan baik ditingkat sekolah, daerah, nasional, bahkan internasional. Maka dari itu, penguasaan taktik maupun teknik bagi seorang pemain sangatlah penting. Pembinaan sepak bola dimulai dari usia dini memang menjadi kunci kesuksesan dan keberhasilan dalam menghasilkan pemain sepak bola yang handal di masa depan. Di Indonesia pembinaan sepak bola sejak usia dini pada saat ini sebenarnya sudah banyak dilaksanakan. Menyebarnya SSB menjadi bukti nyata bahwa pembinaan sejak usia dini sudah terlaksana di Indonesia dan sangat banyak peminatnya. SSB memang menjadi sarana yang sangat tepat sebagai wadah proses pembinaan sejak usia dini. Karena pada dasarnya, di SSB siswa akan dilatih kemampuan dasar bermain sepak bola juga akan dibina kualitas fisiknya berdasarkan dengan tingkatan usia dan sesuai dengan prinsip-prinsip dalam latihan.

Menurut (Fadli, 2019) meyakini bahwa:

Tujuan dari SSB yaitu untuk melahirkan atlet yang memiliki kemampuan serta keterampilan yang baik, dapat bersaing dengan SSB lainnya, mampu memberi kepuasan kepada masyarakat dan mempertahankan kelangsungan hidup suatu organisasi. Selain itu juga dapat melatih atlet dengan teknik yang benar, dan mendampingi atlet untuk meraih prestasi. SSB adalah wadah pembinaan sepak bola usia dini yang sangat tepat.

Buktinya belakangan ini SSB kebanjiran siswa. Hal ini merupakan fenomena yang sangat bagus mengingat pentingnya peranan SSB sebagai pondasi pembinaan prestasi sepak bola nasional yang dapat memasok pemain bagi klub yang membutuhkan. Tujuan utama SSB yang sesungguhnya adalah untuk menampung dan memberi kesempatan kepada siswanya untuk mengembangkan bakatnya. Selain itu juga memberikan fondasi yang kokoh tentang teknik bermain sepak bola yang benar termasuk di dalamnya membentuk kepribadian, perilaku dan sikap yang baik. Menurut Cahyani, Nan Tiara dan Siswanti, (2020) "SSB menjadi wadah pembinaan sepak bola usia dini yang paling tepat. SSB merupakan detak jantung pembinaan persepak bolaan sejak usia dini di Indonesia".

Menguasai teknik dasar sangatlah penting bagi siswa SSB karena seorang pemain sepak bola itu harus dapat menguasai teknik bermain sepak bola dengan sangat baik dan mampu menerapkan teknik tersebut di dalam permainan, dimulai dari teknik yang amat sederhana hingga ke teknik bermain yang lebih kompleks. Dengan kemampuan dan keterampilan yang dimiliki, pemain akan dapat bermain bagus dan juga siap menghadapi tekanan-tekanan yang ada di dalam sebuah pertandingan. Seorang pemain sepak bola memiliki tingkat kemampuan yang berbeda-beda dari satu pemain dengan pemain lainnya. Hal ini dikarenakan bakat atau potensi yang dimiliki setiap individu berbeda. Selain itu, faktor latihan juga sangat menentukan seberapa besar tingkat kemampuan yang dikuasai seorang pemain dalam sepak bola. Tidak bisa dipungkiri juga bahwa dengan menjalankan proses latihan yang sama, seseorang yang mempunyai bakat lebih dalam bermain sepak bola tingkat kemampuan yang dimilikinya akan lebih menonjol dibandingkan pemain lain yang kurang berbakat.

SSB Bina Nusantara Klaten adalah salah satu sekolah sepak bola yang ada di Kabupaten Klaten yang didirikan pada tanggal 9 September 2009. SSB Bina Nusantara bersekretariat di Lapangan Jonggrangan, tepatnya di Jl. Sunan Bonang Dendengan, Badegan, Jonggrangan, Kecamatan Klaten Utara, Kabupaten Klaten, Jawa Tengah 57435. SSB Bina Nusantara memiliki 7 pelatih yang dibagi dalam setiap kelompok usia tertentu. Jadwal latihan setiap hari rabu dan jum'at pukul 15.00-17.00, serta hari minggu pukul 07.00-10.00. Jadwal latihan yang hanya 3 kali pertemuan dalam satu minggu membuat materi sepak bola belum sepenuhnya dipahami dan dikuasai oleh para siswa SSB Bina Nusantara. Maka dari itu kemampuan teknik dasarnya pun masih kurang maksimal, terutama kemampuan *shooting*.

Berdasarkan dari pengamatan langsung yang dilakukan oleh penulis di SSB, terdapat perbedaan hasil *shooting* yang dilakukan siswa umur 10-12 tahun di setiap pertandingan. Berikut adalah data hasil observasi penulis disaat SSB Bina Nusantara Klaten bertanding melawan SSB Ksatria Solo pada kelompok usia 10-12 tahun:

Tabel 1. Hasil *Shooting* Tiap Pertandingan

<b>Pembagian Tim</b>	<b>Total <i>Shooting</i></b>	<b>Mengarah ke Target</b>
Tim A	11	7
Tim B	7	3
Tim C	1	1
Tim D	3	2

Pada umumnya para siswa SSB Bina Nusantara Klaten kurang memahami bagaimana melakukan teknik *shooting* yang benar. Padahal, para siswa sudah dilatih teknik dasar *shooting* sepak bola, bagaimana cara melakukan *shooting* yang benar dan bagian-bagian kaki yang dapat digunakan dalam melakukan *shooting* sepak bola. Karena terdapat perbedaan hasil pada pengamatan tersebut maka peneliti tertarik mengambil judul penelitian “Analisis Kemampuan *Shooting* Sepak Bola Usia 10-12 Tahun pada Sekolah Sepak Bola (SSB) Bina Nusantara Klaten

Tahun 2022". Dengan faktor yang mempengaruhi yaitu *shooting* menggunakan punggung kaki penuh.

## 2. Metode

Jenis penelitian ini adalah penelitian analisis kuantitatif dengan menggunakan metode deskriptif. Menurut Irfan, M., Yenes, R., Irawan, R., & Oktavianus, I (2020) menyatakan bahwa: Yang dimaksud penelitian deskriptif adalah metode penelitian yang mengambil dan mengumpulkan informasi mengenai fenomena yang ada yaitu keadaan sebenarnya ketika penelitian dilakukan. Penelitian ini menjelaskan kejadian pada objek atau wilayah yang diteliti, setelah itu memaparkan dengan apa adanya.

Penelitian ini dilaksanakan di Lapangan Jonggrangan, Jl. Sunan Bonang Dendengan, Badegan, Jonggrangan, Kecamatan Klaten Utara, Kabupaten Klaten, Jawa Tengah. Waktu penelitian ini dilakukan selama dua minggu dengan satu kali pertemuan dalam satu minggu. Penelitian ini dilaksanakan pada hari Minggu. Populasi yang diambil dalam penelitian ini yaitu pemain SSB Bina Nusantara Klaten yang berusia 10-12 tahun dengan jumlah 38 siswa. Sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah pemain SSB Bina Nusantara Klaten kelompok usia 10-12 tahun yang berjumlah 25 siswa. Teknik sampling yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah purposive sampling.

Instrumen penelitian ini menggunakan tes keterampilan sepak bola usia 10-12 tahun yang disusun oleh Daral Fauzi R (2009) dan diterbitkan oleh Pusat Pengembangan Kualitas Jasmani Sekretarian Jenderal Departemen Pendidikan Nasional. Dalam penelitian ini pengumpulan data dilakukan melalui metode survei dengan teknik tes. Proses pengumpulan data dilakukan dengan cara peneliti datang ke lapangan. Peneliti memberikan tes kepada responden. Setelah selesai tes, hasil tes dikumpulkan dan ditabulasi. Pertimbangan menggunakan instrumen ini adalah:

- a. Bahwa instrumen ini telah dibakukan di Indonesia.
- b. Mempunyai nilai validitas dan reliabilitas sebagai berikut:

Tabel 1. Reliabilitas dan Validitas Tes

No	Instrumen Penelitian	Reliabilitas	Validitas
1	Shooting at the ball	0,76	0,82

Sumber : Daral Fauzi R (2009)

Teknik pengumpulan data yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dengan teknik tes keterampilan sepak bola usia 10-12 tahun buatan Daral Fauzi R. (2009), namun yang digunakan hanya satu butir tes yaitu *shooting at the ball* (menendang bola dari tempat dengan kaki tertentu), hasil yang diambil adalah jumlah dari 6 kali tendangan. Setelah didapatkan hasilnya, data kemudian dimasukkan kedalam T-skor dan norma penilaian butir tes.

Teknik analisa data yang penulis gunakan adalah norma penilaian keterampilan *shooting* sepak bola dari Daral Fauzi R. (2009). Dalam penelitian ini analisis data menggunakan analisis deskriptif kuantitatif dalam bentuk persentase. Penilaian tes keterampilan dasar sepak bola siswa kelas atas ini di lakukan melalui beberapa tahap, diantaranya:

- Tahap pertama adalah memasukkan hasil tes lapangan ke dalam formulir yang telah disediakan.
- Tahap kedua adalah, memasukan nilai yang sudah ada dalam formulir ke dalam T -Score yang sudah ada untuk memasukan kedalam norma-norma yang telah ada, yaitu baik sekali, baik, sedang, kurang, dan kurang sekali.

Adapun norma penilaian tes keterampilan *shooting* sepak bola adalah sebagai berikut:

Tabel 2. Norma Penilaian *Shooting*

No	Klasifikasi T-skor	Interval skor
1	Baik Sekali	>67
2	Baik	55-66
3	Sedang	44-54
4	Kurang	32-43
5	Kurang Sekali	<31

Sumber : (Darel Fauzi R, 2009: 22)

Setelah diketahui kategori keterampilan dasar bermain sepak bola dari masing-masing siswa kemudian dicari persentase dari masing-masing keterampilan siswa. Rumus untuk mencari persentase adalah sebagai berikut ini:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P = persentase

F = frekuensi

N = jumlah siswa

### 3. Hasil dan Pembahasan

Data yang diperoleh dari tes tersebut digunakan untuk mengkategorikan menjadi lima kategori, yaitu: baik sekali, baik, sedang, kurang, dan kurang sekali. Untuk menentukan kategori tersebut, terlebih dahulu data dikumpulkan dan dihitung dengan T-skor kemudian dikategorikan sesuai dengan norma tes keterampilan *shooting* sepak bola usia 10-12. Berikut adalah transformasi skor tes *shooting* kedalam T-Skor berdasarkan norma tes keterampilan *shooting at the ball* yang dibuat oleh Daral Fauzi R (2009):

Tabel 4. T-skor Tes *Shooting*

<i>Shooting Test</i>	T-skor	<i>Shooting Test</i>	T-skor
49	76	32	52
48	74	30	49
47	73	29	48
46	71	28	46
45	70	27	45
44	69	25	42
43	67	24	41
42	66	23	39
41	64	20	35
39	62	19	34
38	60	15	28
37	59	14	27
35	56	13	25
34	55	10	21

33

53

Sumber : Daral Fauzi R (2009)

Adapun data hasil tes yang telah dilaksanakan dan di transformasi sesuai dengan norma-norma item tes *shooting at the ball* adalah sebagai berikut:

Tabel 2. Hasil Tes *Shooting at The Ball*

No.	Klasifikasi	T-Skor	Frekuensi	Persentase
1.	Baik sekali	>67	4	16%
2.	Baik	55-66	7	28%
3.	Sedang	44-54	9	36%
4.	Kurang	32-43	5	20%
5.	Kurang sekali	<31	0	0%
<b>Jumlah</b>			<b>25</b>	<b>100%</b>

Dari tabel di atas menunjukkan bahwa keterampilan *shooting* siswa SSB Bina Nusantara Klaten usia 10-12 tahun yang masuk dalam kategori baik sekali sebanyak 4 siswa dengan persentase sebesar 16%, 7 siswa masuk kategori baik dengan persentase 28%, 9 siswa masuk kategori sedang dengan persentase 36%, dan 5 siswa masuk dalam kategori kurang dengan persentase 20%. Sedangkan untuk siswa yang masuk kategori kurang sekali 0 siswa atau dengan persentase sebesar 0%. Adapun hasil penghitungan tingkat kemampuan *shooting* sepak bola pada siswa usia 10-12 SSB Bina Nusantara Klaten tahun 2022 dalam gambar sebagai berikut:



Gambar 17. Histogram Tes Keterampilan *Shooting at The Ball*

Berdasarkan data di atas dapat disimpulkan bahwa tingkat kemampuan *shooting* sepak bola siswa usia 10-12 tahun pada SSB Bina Nusantara Klaten tahun 2022 masuk dalam kategori sedang dengan persentase sebesar 36%.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan *shooting* sepak bola siswa usia 10-12 tahun pada SSB Bina Nusantara Klaten tahun 2022. Tingkat kemampuan *shooting* sepak bola diukur menggunakan tes. Tes yang digunakan dalam penelitian ini adalah Tes Keterampilan Sepak Bola Usia 10-12 tahun yang disusun oleh Daral Fauzi R 2009 (Pusat Pengembangan Kualitas Jasmani Sekretariat Jenderal Departemen Pendidikan Nasional), yang terdiri dari 6 butir tes namun yang digunakan hanya satu item tes saja yaitu *shooting at the ball* (menendang bola di tempat dengan kaki tertentu).

Hasil penelitian yang dilaksanakan siswa menunjukkan bahwa tingkat kemampuan *shooting* sepak bola siswa usia 10-12 tahun pada SSB Bina Nusantara Klaten tahun 2022 yang masuk dalam kategori "baik sekali" sebanyak 4 siswa dengan persentase sebesar 16%, kategori "baik" sebanyak 7 siswa dengan persentase sebesar 28%, kategori "sedang" sebanyak 9 siswa dengan persentase sebesar 36%. dan kategori "kurang" sebanyak 5 siswa dengan persentase 20%, sedangkan untuk kategori "kurang sekali" sebanyak 0 siswa dengan persentase 0%. Dilihat dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa tingkat kemampuan *shooting* sepak bola siswa usia 10-12 tahun pada SSB Bina Nusantara Klaten tahun 2022 masuk dalam kategori sedang dengan persentase sebesar 36% karena rata-rata siswa SSB Bina Nusantara Klaten belum mampu mengarahkan bola ke sasaran dengan baik. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor yang mempengaruhi, yaitu:

a. Faktor Proses Latihan

Tanpa pelatih, SSB Bina Nusantara Klaten akan kecil kemungkinan untuk berhasil dan meraih prestasi. Untuk menguasai teknik dasar bermain sepak bola terutama *shooting*, dan juga kerja sama tim yang baik diperlukan penguasaan empat aspek yang menjadi kebutuhan dasar, yaitu fisik, teknik, taktik, dan mental. Keempat aspek itu memiliki hubungan yang saling

mendukung satu sama lain. Oleh sebab itu keempat aspek tersebut harus ditingkatkan melalui latihan yang berkesinambungan. Kesimpulan yang dapat ditarik dari pernyataan tersebut adalah keempat aspek tersebut tidak bisa dilatih secara terpisah, melainkan harus dilatih secara bersamaan dan berkesinambungan guna menunjang pengembangan dan penguasaan keterampilan teknik dasar bermain sepak bola dan kerja sama untuk meningkatkan mental bertanding siswa SSB Bina Nusantara Klaten tersebut. Namun demikian tidak semua pelatih di SSB Bina Nusantara Klaten sudah bersertifikat, ada beberapa pelatih yang belum memiliki sertifikat sebagai pelatih. Hal ini menyebabkan kurang maksimalnya hasil penguasaan keterampilan dasar bermain sepak bola terutama *shooting*.

b. Faktor Keturunan atau Genetika

Kemampuan fisik dan postur tubuh siswa SSB Bina Nusantara Klaten usia 10-12 tahun berbeda-beda. Hal ini disebabkan oleh keturunan secara genetika dari orang tuanya. Perbedaan tersebut dalam dunia sepak bola sangat berpengaruh. Apabila seorang pemain berpostur tubuh kecil maka ia akan mengalami kesulitan dalam melakukan teknik *shooting* dikarenakan tenaga yang tidak maksimal. Selain itu, tumpuan maupun ayunan pada saat akan melakukan tendanganpun tidak menutup kemungkinan kurang maksimal jika dibandingkan dengan pemain yang berpostur tubuh tinggi. Begitu juga sebaliknya, pemain sepak bola yang memiliki ukuran tubuh terlalu besar akan memiliki kesulitan dan hambatan tersendiri dalam bermain sepak bola terutama saat hendak melakukan *shooting*, mereka tidak terlalu baik dalam hal kelincahan dan kecepatan. Berbeda dengan pemain sepak bola yang memiliki tubuh ideal. Namun meski demikian, baik berpostur besar ataupun kecil, jika kita tetap mau berlatih maka segala kekurangan akan tertutupi. Setelah ditelaah ternyata siswa yang mendapatkan nilai maksimal merupakan anak dari pemain sepak bola yang handal.

c. Faktor Situasional

Tipe tugas yang diberikan atau metode pelatihan, peralatan yang digunakan, dan kondisi lingkungan sekitar tentunya akan berpengaruh pada proses berlatih. Penggunaan peralatan serta media latihan secara langsung maupun tidak tentunya akan dapat mempengaruhi minat dan kesungguhan siswa dalam berlatih. Sudah dapat dipastikan bahwa hal tersebut akan mempengaruhi keberhasilan dalam menguasai keterampilan teknik dasar *shooting*. Kondisi lapangan yang kurang baik menyebabkan proses latihan kurang maksimal. Begitu pula dengan peralatan yang dimiliki SSB Bina Nusantara masih kurang sehingga hasil latihan yang diharapkan belum bisa tercapai.

d. Faktor Psikologis

Faktor psikologis atau mental juga sangat mempengaruhi bagaimana kemampuan siswa SSB Bina Nusantara Klaten usia 10-12 tahun dalam melakukan *shooting* dan teknik dasar lainnya, baik pada saat berlatih maupun bertanding. Faktor ini merupakan salah satu faktor yang sangat penting, karena faktor ini membantu siswa berlatih lebih intensif, bermain dengan percaya diri, dan berefleksi lebih efektif setelah pertandingan. Selain itu, faktor psikologis membantu siswa tetap termotivasi dan mengendalikan emosinya.

#### 4. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa tingkat kemampuan shooting sepak bola siswa usia 10-12 tahun pada SSB Bina Nusantara Klaten tahun 2022 masuk dalam kategori “baik sekali” sebanyak 4 siswa dengan persentase sebesar 16%, kategori “baik” sebanyak 7 siswa dengan persentase sebesar 28%, kategori “sedang” sebanyak 9 siswa dengan persentase sebesar 36%. dan kategori “kurang” sebanyak 5 siswa dengan persentase 20%, sedangkan untuk kategori “kurang sekali” sebanyak 0 siswa dengan persentase 0%. Dilihat dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa tingkat kemampuan shooting sepak bola siswa

usia 10-12 tahun pada SSB Bina Nusantara Klaten tahun 2022 masuk dalam kategori sedang dengan persentase sebesar 36%. Dengan faktor yang mempengaruhi yaitu: a) Faktor proses latihan, b) Faktor keturunan atau genetika, c) Faktor Situasional, dan d) Faktor psikologi atau mental.

## 5. Referensi

- Cahyani, Nan Tiara, dan Siswati Siswati. (2020). "Hubungan Antara Kecerdasan Emosional dengan Kontrol Diri pada Remaja Pria Atlet Sepak Bola di Kota Pati". *Jurnal Empati* 9.5 (2020): 423-430.
- Daral Fauzi, R., 2009. Tes Keterampilan Sepak Bola Usia 10-12 Tahun. Jakarta: Pusat Pengembangan Kualitas Jasmani Sekretariat Jendral, Departemen Pendidikan Nasional.
- Dwi, H. (2013). Tingkat Keterampilan Dribbling, Passing, Shooting Siswa SSB PERSEKA Usia 10-12 Tahun Kecamatan Karanganyar Kabupaten Kebumen. Skripsi. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Edi Rustendi, M. Rif'at Hamdy, A. F. H. (2014). Upaya Meningkatkan Kemampuan Shooting Permainan Sepak Bola Menggunakan Metode Modifikasi Permainan pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 05 Sayan Tahun Pelajaran 2011/2012. *Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi*, 1(1), 75–78.
- Fadli, M. (2019). Survei Tingkat Kemampuan Teknik Dasar Sepak Bola pada Pemain Usia 14-16 Tahun di SSB PERSIS Makassar. Skripsi. Universitas Negeri Makassar.
- Fauzi, F. (2013). Tingkat Keterampilan Bermain Sepak Bola Siswa SSB Bina Nusantara Kabupaten Klaten. Skripsi. Fakultas Ilmu Keolahragaan Yogyakarta, Universitas Negeri Yogyakarta.
- Irfan, M., Yenes, R., Irawan, R., & Oktavianus, I. (2020). Kemampuan Teknik Dasar Sepak Bola. *Jurnal Patriot*, 2(3), 720-731.
- Pangestu, R.C., Artanayasa, I.W. and Satyawan, I.M., 2021. Minat Peserta Didik dalam Berolahraga pada Masa Pandemi COVID-19 di Kelas XI SMA Negeri 1 Pekutatan. *Indonesian Journal of Sport & Tourism*, 3(1).
- Saptiyanto, I. D. (2015). Pengaruh Latihan Tendangan Menggunakan Kaki Dalam dan Punggung Kaki Penuh terhadap Ketepatan Shooting ke Gawang Pada SSB Apacinti U-16 Tahun 2015. Skripsi. Universitas Negeri Semarang.