

**PENGARUH LATIHAN TARGET GAWANG TERHADAP
KETEPATAN SHOOTING FUTSAL DI ASSOSIASI FUTSAL
KECAMATAN (AFK) SIMPANG TERITIP**

SKRIPSI

Oleh:

Nazlan Fikri Basran

Nim: 06061381823056

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI DAN
KESEHATAN**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

2023

**Pengaruh Latihan *Target Gawang* Terhadap Ketepatan Shooting Futsal
di Assosiasi Futsal Kecamatan (AFK) Simpang Teritip**

SKRIPSI

Oleh

Nazlan Fikri Basran

NIM : 06061381823056

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan


Disetujui untuk diajukan dalam ujian akhir Program Sarjana

**Mengetahui,
Koordinator Program Studi
Pendidikan Jasmani dan Kesehatan**



**Destriani, M.Pd
NIP. 198912012019032018**

Pembimbing,



**Dr. Iyukrus M.Kes
NIP. 196208121987021002**

**Pengaruh Latihan *Target Gawang* Terhadap Ketepatan Shooting Futsal
di Assosiasi Futsal Kecamatan (AFK) Simpang Teritip**

SKRIPSI

Oleh

Nazlan Fikri Basran

NIM : 06061381823056

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

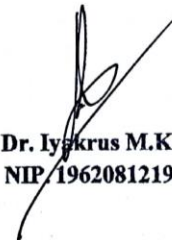
Mengesahkan :

**Mengetahui,
Koordinator Program
Pendidikan Jasmani dan Kesehatan**



**Destriani, M.Pd
NIP. 198912012019032018**

Pembimbing



**Dr. Iykrus M.Kes
NIP. 196208121987021002**



**PENGARUH LATIHAN TARGET GAWANG TERHADAP KETEPATAN
SHOOTING FUTSAL DI ASSOSIASI FUTSAL KECAMATAN (AFK)
SIMPANG TERITIP**

SKRIPSI

Oleh

Nazlan Fikri Basran

NIM : 06061381823056

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Telah diujikan dan lulus pada:

Hari : Rabu

Tanggal : 28 Desember 2022

TIM PENGUJI

1.Ketua : Dr. Iyakrus M.Kes

2.Anggota : Dr. Herri Yusfi, M.Pd



**Palembang, Januari 2023
Koordinator Prodi Penjaskes**



**Destriani, M.Pd.
NIP. 198912012019032018**

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nazlan Fikri Basran

NIM : 06061381823056

Program Studi : Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Menyatakan dengan sungguh-sungguh bahwa skripsi yang berjudul “Pengaruh Latihan *Target Gawang* Terhadap Ketepatan Shooting Futsal Di Asosiasi Futsal Kecamatan (AFK) Simpang Teritip” ini adalah benar-benar karya saya sendiri dan saya tidak melakukan menjiplak atau pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku sesuai dengan Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 17 Tahun 2010 tentang Pencegahan dan Penanggulangan Plagiat di Perguruan Tinggi. Apabila dikemudian hari, ada pelanggaran yang ditemukan dalam skripsi ini ada/tidak ada pengaduan dari pihak lain terhadap keaslian karya ini, saya bersedia menanggung sanksi yang dijatuhkan kepada saya.

Demikianlah pernyataan ini dibuat dengan sungguh-sungguh tanpa pemaksaan dari pihak manapun.

Palembang, Januari 2023

Yang membuat pernyataan ini,



Nazlan Fikri Basran

NIM. 06061381823056

UCAPAN TERIMA KASIH

Alhamdulillah, berkat izin dan ridho-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul: “ Pengaruh Latihan *Target Gawang* Terhadap Ketepatan Shooting Futsal di Assosiasi Futsal Kecamatan (AFK) Simpang Teritip“. Penulisan skripsi ini disusun sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan, Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sriwijaya Indralaya.

Penyusunan skripsi ini telah melibatkan banyak pihak yang telah bersedia meluangkan waktunya dalam memberikan bantuan dan bimbingan kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Ir. H. Anis Saggaf, MSCE. Selaku ReKtor Universitas Sriwijaya.
2. Bapak Dr. Hartono, M.A. Selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sriwijaya.
3. Ibu Destriani, M.Pd. Selaku Ketua Program Studi Penjaskes.
4. Bapak Drs. Giartama, M.Pd Selaku pembimbing 1 penulis yang telah banyak membantu dan meluangkan waktunya dalam memberikan motivasi dan arahan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak Dr. Iyakrus, M.Kes. Selaku pembimbing 2 penulis yang telah banyak membantu dan meluangkan waktunya dalam memberikan motivasi dan arahan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Bapak, Dr. Herri Yusfi, M.Pd. Selaku pembimbing jurnal yang telah membantu dan meluangkan waktunya dalam memberikan arahan kepada penulis untuk menyelesaikan jurnal sebagai syarat untuk melakukan ujian skripsi.
7. Seluruh dosen FKIP Penjaskes yang telah membekali penulis dengan ilmu pengetahuan selama menuntut ilmu di Perguruan Tinggi Negeri Universitas Sriwijaya.

8. Bapak Dhoni Firmansyah, S.Pd.I Selaku Ketua Koordinator di Assosiasi Futsal Kecamatan (AFK) Simpang Teritip yang telah memberi izin kepada penulis untuk melakukan penelitian ini.
9. Yang tercinta kepada kedua orang tua, ayahanda Basran S.Ag. dan Ibu Adi Afit Ita yang telah menjadi acuan dan memberikan dukungan serta doanya dengan penuh kasih sayang yang tulus yang tidak pernah diberikan kepada orang lain.
10. Teman-teman ASRAMA ISBA PALEMBANG yang telah memberikan dukungan dalam menyelesaikan skripsi ini.
11. Kekasih tersayang yang selalu memotivasi dan memberi semangat dalam Penyusunan skripsi ini yaitu Nyimas Putri Fajria.
12. Bagi siapapun yang pernah berdo'a untuk kelancaran skripsi ini, terima kasih.

Penulis berharap semoga skripsi ini bisa dijadikan sebagai referensi dan bermanfaat bagi kepentingan ilmu pengetahuan di lingkungan Universitas Sriwijaya pada umumnya dan Program Studi Penjaskes Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan pada khususnya.

MOTTO

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

حَسْبُنَا اللَّهُ وَنِعْمَ الْوَكِيلُ (173)

*“Cukuplah Allah (menjadi penolong) bagi kami dan
Dia sebaik-baik pelindung”*

(QS. Ali Imran : ayat 173)

مَنْ صَبَرَ ظَفَرَ

“Siapa yang bersabar maka ia akan beruntung”

PRAKATA

Puji dan syukur kita panjatkan kehadirat Allah SWT atas berkat dan rahmatnya sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini. Tidak lupa sholawat beserta salam kita haturkan kepada nabi junjungan kita Muhammad SAW beserta keluarga, sahabat, dan pengikut-pengikutnya yang telah membawa perubahan yang besar bagi kehidupan manusia hingga akhir zaman atas izin Allah SWT.

Alhamdulillah, berkat izin dan ridho-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul: “ Pengaruh Latihan *Target Gawang* Terhadap Ketepatan Shooting Futsal di Assosiasi Futsal Kecamatan (AFK) Simpang Teritip “. Penulisan skripsi ini disusun sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan, Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sriwijaya Indralaya.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih banyak kekurangan dan jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dan akan penulis terima dengan hati terbuka. Penulis berharap semoga skripsi ini nantinya bisa bermanfaat bagi siapapun sebagai referensi, baik bagi penulis, guru, maupun pelatih khususnya futsal.

Palembang, Januari 2023

Penulis,



Nazlan Fikri Basran

NIM. 06061381823056

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	i
HALAMAN PERSETUJUAN UJIAN SKRIPSI	ii
HALAMAN PENGESAHAN PENGUJI	iii
SURAT PERNYATAAN	iv
PERSEMBAHAN	v
MOTTO	vii
PRAKARTA	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
ABSTRAK	xv
ABSTRACT	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Permasalahan Penelitian	5
1.2.1 Identifikasi Masalah	5
1.2.2 Batasan Masalah	5
1.2.3 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
1.4.1 Secara Teoritis	6
1.4.2 Secara Praktis	6
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Hakikat Futsal	7
2.1.1 Pengertian Futsal	9
2.1.2 Sarana dan Prasarana Futsal	10
2.1.3 Lapangan Futsal	10
2.1.4 Gawang Futsal	11

2.1.5 Bola Futsal.....	12
2.1.6 Teknik Dalam Permainan Futsal	12
2.2 Hakikat Ketepatan Shooting.....	14
2.2.1 Pengertian Shooting Futsal	14
2.2.2 Hakikat Ketepatan Shooting	15
2.2.3 Tujuan Ketepatan Shooting	16
2.2.4 Otot Yang Berkontraksi Saat Shooting	20
2.3 Hakikat Latihan	22
2.3.1 Pengertian Latihan	22
2.3.2 Aspek Latihan	23
2.3.3 Tujuan Latihan.....	24
2.3.4 Prinsip Latihan.....	25
2.3.5 Program Latihan	26
2.3.6 Faktor Yang Mempengaruhi dan Penghambat Latihan.....	26
2.4 Hakikat Permainan Target.....	27
2.4.1 Pengertian Permainan Target.....	27
2.4.2 Tujuan Latihan Target	29
2.4.3 Teknik Latihan Target	29
2.4.4 Jenis-jenis Latihan Target.....	30
2.4.5 Otot Yang Bekerja Saat Melakukan Latihan Target.....	34
2.5 Kerangka Berfikir.....	36
2.6 Hipotesis Penelitian.....	37
BAB III. METODE PENELITIAN	38
3.1 Jenis Penelitian	38
3.2 Rancangan Penelitian	38
3.3 Tempat dan Waktu Penelitian	39
3.3.1 Tempat Penelitian	39
3.3.2 Waktu Penelitian.....	39
3.4 Definisi Operasional Variabel	39
3.5 Populasi dan Sampel Penelitian	40

3.5.1 Populasi Penelitian.....	40
3.5.2 Sampel Penelitian	40
3.6 Teknik Pengumpulan Data	40
3.6.1 Intrumen Tes Ketepatan Shooting Futsal	40
3.7 Teknik Analisis Data	40
3.7.1 Uji Normalitas	43
3.7.2 Uji Hipotesis	44
BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN	46
4.1. Hasil Penelitian	46
4.1.1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	46
4.1.2. Karakteristik Sampel	46
4.1.3. Deskripsi Data Hasil <i>Pretest</i> Ketepatan <i>Shooting</i> Futsal Pada Pemain Asosiasi Futsal Kecamatan (AFK) Simpang Teritip	46
4.1.4. Deskripsi Data Hasil <i>Posttest</i> Ketepatan <i>Shooting</i> Futsal Pada Pemain	47
4.1.5. Deskripsi Data Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Ketepatan <i>Shooting</i> Futsal Pada Pemain Asosiasi Futsal Kecamatan (AFK) Simpang Teritip	48
4.1.6. Analisis Data	49
4.2. Pembahasan	58
4.2.1. Pembahasan Hasil <i>Pretest</i> Ketepatan <i>Shooting</i> Futsal	58
4.2.2. Pembahasan Hasil <i>Posttest</i> Ketepatan <i>Shooting</i> Futsal	59
4.2.3. Pembahasan Hasil Data <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> dari Pengaruh Latihan <i>Target Gawang</i> Terhadap Ketepatan <i>Shooting</i> Futsal Pada Pemain Asosiasi Futsal Kecamatan (AFK) Simpang Teritip	59
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	63
5.1. Kesimpulan	63
5.2. Saran	63
Daftar Pustaka	64

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.2 Lapangan Futsal	11
Gambar 2.3 Gawang Futsal.....	12
Gambar 2.4 Bola Futsal.....	12
Gerakan 2.5 Shooting Dengan Punggung Kaki	19
Gambar 2.6 Shooting Dengan Ujung Kaki	20
Gambar 2.7 Otot Tungkai Bagian Bawah	22
Gambar 2.8 Menendang Bola ke Target Gawang	30
Gambar 2.9 Kerangka Berfikir.....	37
Gambar 3.1 Diagram Tes Menendang Bola ke Gawang.....	41
Gambar 4.1 Histogram hasil Pretest Ketepatan Shooting	50
Gambar 4.2 Histogram Hasil Posttest Ketepatan Shooting	53
Gambar 4.3 Histogram Rata-Rata Pretest dan Posttest Ketepatan Shooting	55

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Ukuran lapangan Futsal Tingkat Pertandingan	10
Tabel 4.1 Distribusi Data Hasil Pretest Ketepatan Shooting Futsal Pada Pemain	47
Tabel 4.2 Distribusi Data Hasil Posttest Ketepatan Shooting Futsal Pada Pemain	47
Tabel 4.3 Tabel Daftar Perbandingan Hasil Pretest dan Posttest Ketepatan Shooting Futsal.....	48
Tabel 4.4 Tabel Daftar Distribusi Hasil Pretest	50
Tabel 4.5 Tabel Daftar Distribusi Hasil Posttest.....	53
Tabel 4.6 Tabel Hasil Rata-Rata Pretest dan Posttest Ketepatan Shooting Futsal.....	55

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Riwayat Hidup.....	69
Lampiran 2. Tabel Daftar <i>Pretest</i> Ketepatan <i>Shooting Futsal</i>	70
Lampiran 3. Tabel Daftar <i>Posttest</i> Ketepatan <i>Shooting Futsal</i>	71
Lampiran 4. Tabel Daftar Hasil Perbedaan <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i>	72
Lampiran 5. Tabel Distribusi T.....	73
Lampiran 6. Lembar Usul Judul Skripsi.....	74
Lampiran 7. SK Pembimbing.....	75
Lampiran 8. Lembar Persetujuan Seminar Proposal.....	77
Lampiran 9. Lembar Perbaikan Proposal.....	78
Lampiran 10. Lembar Surat Keterangan AFK Simpang Teritip.....	79
Lampiran 11. Surat Izin Penelitian.....	80
Lampiran 12. Surat Persetujuan Seminar Hasil.....	81
Lampiran 13. Surat Perbaikan Seminar Hasil Penelitian.....	82
Lampiran 14. Bukti Perbaikan Skripsi.....	83
Lampiran 15. Persetujuan Ujian Skripsi.....	84
Lampiran 16. Similarity.....	85

**PENGARUH LATIHAN TARGET GAWANG TERHADAP
KETEPATAN SHOOTING FUTSAL DI ASSOSIASI FUTSAL
KECAMATAN (AFK) SIMPANG TERITIP**

Nazlan Fikri Basran (06061381823056)
azlanfikri120@gmail.com

Dosen Pembimbing : Dr. Iyakrus, M.Kes
iyakrus@fkip.unsri.ac.id

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan *target gawang* terhadap ketepatan *shooting* futsal di Asosiasi Futsal Kecamatan (AFK) Simpang Teritip. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen semu. Rancangan penelitian yang digunakan adalah *one group pretest-posttest design*. Pengambilan sampel menggunakan teknik *total population sampling* dengan jumlah sampel 30 orang. Instrumen penelitian adalah seluruh sampel melakukan tes menendang bola ke gawang futsal. Hasil pengolahan dan analisis data dengan menggunakan uji normalitas data dan uji hipotesis dengan rumus uji t, bahwa latihan *target gawang* berpengaruh terhadap ketepatan *shooting* futsal. Hal ini dapat dilihat dari hasil analisis data melalui perhitungan rumus uji t dengan kriteria t hitung lebih besar dari t tabel ($28,57 > 1,70$) dengan taraf kepercayaan 0,95 ($\alpha = 0,05$) dan jumlah sampel ($N = 30$), Hipotesis yang diajukan diterima. Latihan *target gawang* benar-benar memberikan pengaruh terhadap hasil ketepatan *shooting*. Berdasarkan hasil penelitian bahwa latihan *target gawang* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap hasil *shooting futsal* pada pemain Asosiasi Futsal Kecamatan (AFK) Simpang Teritip.

Kata Kunci: *Target Gawang, Ketepatan, Shooting, Futsal.*

THE INFLUENCE OF GOAL TARGET TRAINING ON THE ACCURACY OF FUTSAL SHOOTING AT SIMPANG TERITIP FUTSAL ASSOCIATION (AFK)

Nazlan Fikri Basran (06061381823056)
azlanfikri120@gmail.com

Preceptor Lecturer : Dr. Iyakrus, M.Kes
iyakrus@fkip.unsri.ac.id

Physical Education and Health Study Program

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of goal target training on the accuracy of futsal shooting at the Simpang Teritip District Futsal Association (AFK). The method used in this study is a quasi-experimental method. The research design used was one group pretest-posttest design. Sampling using total population sampling technique with a sample size of 30 people. The research instrument was that all samples tested kicking the ball into the futsal goal. From the results of data processing and analysis using the data normality test and hypothesis testing with the t test formula, that goal target practice affects the accuracy of futsal shooting. This can be seen from the results of data analysis through the calculation of the t test formula with the criteria t count greater than t table ($28.57 > 1.70$) with a confidence level of 0.95 ($\alpha = 0.05$) and the number of samples ($N = 30$), the proposed hypothesis is accepted. Goal target practice really influences the results of shooting accuracy. Based on the results of the study, goal target practice had a significant effect on the results of shooting futsal for Simpang Teritip District Futsal Association (AFK) players.

Keywords: *Goal Target, Accuracy, Shooting, Futsal.*

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Olahraga merupakan suatu bentuk aktivitas fisik yang terencana dan terstruktur yang melibatkan gerakan tubuh berulang-ulang dan ditujukan untuk meningkatkan kebugaran jasmani. Kesehatan olahraga adalah upaya kesehatan yang memanfaatkan olahraga untuk meningkatkan derajat kesehatan. Olahraga juga merupakan sebagian kebutuhan pokok dalam kehidupan sehari-hari. Menurut Santosa Giriwijoyo dan Didik Jafar Sidik (2013:233) mengatakan olahraga adalah serangkaian gerak raga yang teratur dan terencana untuk memelihara gerak, (yang berarti mempertahankan hidup) dan meningkatkan kemampuan gerak (yang berarti meningkatkan kualitas hidup). Seperti halnya makan, olahraga merupakan kebutuhan hidup yang sifatnya periodik, artinya olahraga sebagai alat untuk memelihara dan membina kesehatan, merangsang pertumbuhan dan perkembangan jasmani, rohani, dan sosial. Menurut Suleyman Yildiz, (2012: 689). Secara umum, olahraga membantu individu menjaga kesehatan fisik dan mental mereka dan menjadi sumber kesenangan dan hiburan. Dari hal inilah bahwa dengan melakukan aktifitas fisik atau dengan kita berolahraga akan memberikan berbagai manfaat bagi tubuh. Iyakrus, (2019) Menjelaskan bahwa olahraga juga membina manusia menuju kesempurnaan seperti tercermin dalam moto *cittius, altius dan fortius*, telah diakui dunia sebagai gerakan olimpiade.

Futsal merupakan salah satu jenis permainan olahraga yang sangat banyak di gemari oleh setiap orang dipenjuru dunia saat ini. Permainan futsal dimainkan oleh lima orang dalam setiap regu/timnya. Menurut Lhaksana (2012 : 5) “Futsal adalah permainan yang sangat cepat dan dinamis. Dari segi lapangan yang relatif kecil, hampir tidak ada ruangan untuk membuat kesalahan. Oleh karena itu, diperlukan kerjasama antar pemain lewat passing yang akurat”. Futsal juga merupakan olahraga tim, sehingga tim dengan kolektivitas tinggi akan lebih baik. Futsal merupakan permainan yang sangat digemari di masyarakat, khususnya di kalangan pemuda dan pemudi. Masyarakat menyenangi permainan ini karena, tidak seperti sepak bola, permainan ini sederhana untuk dimainkan dan tidak membutuhkan lapangan yang luas. sebagaimana disebutkan Sahda Halim 2012: 73) Kita harus menguasai teknik bermain futsal yang benar agar menjadi pemain yang mahir. Untuk dapat bermain futsal secara efektif baik secara individu maupun kolektif di masa depan, pemain harus

menguasai keterampilan teknik dasar. Dalam permainan futsal, setiap pemain harus memiliki unsur-unsur kebugaran tubuh, yaitu meliputi kecepatan, kekuatan otot, daya ledak, kelenturan, daya tahan, ketepatan, keseimbangan, tenaga, kelincahan, dan koordinasi. Peneliti akan membahas lebih detail tentang akurasi dalam menembak, yang merupakan salah satu aspek tersebut di atas karena memainkan peran penting dalam permainan futsal.

Club Asosiasi Futsal Kecamatan (AFK) Simpang Teritip merupakan salah satu club futsal putra yang ada di kecamatan Simpang Teritip. Klub futsal putra yang aktif terdaftar di Persatuan Futsal Kabupaten Kota adalah Asosiasi Futsal Kecamatan Simpang Teritip (AFK). Klub ini juga sering mengikuti turnamen bahkan pernah menjuarai kejuaraan futsal, seperti (Champion Hut Koni Babar Futsal Cup Putra Tahun 2020, Champion Runner up Erzaldi U23 Putra Tahun 2021). Klub Asosiasi Futsal (AFK) Kecamatan Simpang Teritip Putra berolahraga tiga kali dalam seminggu, yaitu pada hari Selasa, Kamis, dan Minggu. Mereka melakukan ini dengan banyak ketekunan. Berdasarkan temuan observasi Club Futsal Asosiasi Futsal Kecamatan (AFK) Putra Kecamatan Simpang Teritip. Peneliti mengamati latihan futsal dan menemukan kekurangan dalam kegiatan tersebut yaitu kurangnya ketelitian pemain saat menembak bola, dan masih banyak bola tembak yang tidak mengarah tepat sasaran saat latihan menembak futsal. Berdasarkan data dari club Asosiasi Futsal Kecamatan (AFK) Simpang Teritip putra, terdapat 30 pemain yang diamati peneliti pada saat mereka latihan. Maka seluruh pemain melakukan shooting mengarah ke gawang yang berjarak 10 m menggunakan terpal yang dilobangi dan dikasih nilai angka 1-10 ada di setiap lobangnya, ada 4 atau (20%) pemain yang bisa melakukan tendangan Shooting bola dengan baik yaitu bola mengarah ke gawang dengan cepat dan keras serta akurat masuk ke dalam target gawang, dan 6 atau (30%) pemain yang belum bisa melakukan tendangan shooting dimana bola mengarah ke gawang akan tetapi pada saat akhir kecepatan bolanya masih lemah dan tidak sampai pada target gawang, sedangkan 20 atau (60%) pemain tidak bisa melakukan tendangan Shooting bola dengan tepat sasaran atau penguasaan teknik shooting masih jauh dari target gawang.

Kemampuan seorang atlet futsal dalam menembak secara akurat sangatlah penting karena dalam permainan menembak futsal, pemain harus teliti dalam melakukan teknik shooting. kemampuan ketepatan pemain sangat berpengaruh ketika pemain melakukan shooting dan mencetak gol dengan tepat pada gawang ketika

berhadapan dengan penjaga gawang lawan, maka dari itu kemampuan ketepatan sangat berkaitan dengan teknik shooting pada pemain futsal. Ketepatan pada umumnya di definisikan sebagai kemampuan seseorang untuk mengarahkan suatu gerak kesesuatu sasaran sesuai dengan tujuan (Budiwanto, 2012:9).

Menurut Pamungkas (2013:22) “shooting merupakan teknik dasar yang harus dikuasai oleh setiap pemain, karena setiap pemain memiliki kesempatan untuk menciptakan gol ke gawang lawan”. Shooting mempunyai ciri khas laju bola yang sangat cepat dan keras serta sulit diantisipasi oleh penjaga gawang. Shooting mempunyai ciri khas laju bola yang sangat cepat dan keras serta sulit diantisipasi oleh penjaga gawang. demikian shooting yang baik harus memadukan antara kekuatan dan akurasi tembakan dalam permainan futsal.

Dalam melakukan kemampuan shooting, Seorang pemain futsal mencoba latihan target sasaran untuk menjadi lebih baik dalam menembak pemain lain. sebagaimana dikemukakan oleh Lhaksana (2011:34), seorang pemain futsal mutlak harus mampu menguasai dasar-dasar permainan, khususnya dasar-dasar menembak bola (shooting). Karena ketelitian dalam menembak bola dapat dijadikan taktik atau skill individu pemain untuk mencetak gol ke gawang lawan dalam permainan futsal, maka latihan target sasaran sangat membantu untuk meningkatkan ketelitian dalam menembak bola saat bermain olahraga tersebut.

Dalam permainan futsal, latihan target sasaran telah dipelajari untuk melihat bagaimana pengaruhnya terhadap ketepatan shooting club skada fc makassar, yang di lakukan oleh Amin, A. (2021). Hasil penelitian menunjukkan bahwa akurasi shooting permainan futsal klub Skada AFC Makassar dipengaruhi oleh latihan target sasaran. Maka dari itu perlunya latihan target gawang untuk meningkatkan ketepatan shooting dalam olahraga futsal.

Dalam penelitian ini terlihat kurangnya kemampuan yang dimiliki pemain pada saat melakukan shooting bola, yaitu kurangnya ketepatan shooting yang dilakukan oleh pemain. Pemain terlihat lemah dan tidak tepat pada target sasaran dan perlu ditingkatkan lagi. Menurut pelatih club asosiasi futsal kecamatan (AFK) simpang teritip, Satu-satunya jenis latihan yang sering diberikan adalah passing, dribbling, dan latihan fisik, bukan latihan target sasaran. Akibatnya, para peneliti menggunakan pelatihan presisi, atau pelatihan untuk menendang bola ke gawang yang dituju untuk melatih ketepatan shooting para pemain agar teknik shooting yang baik dan tepat pada sasaran untuk mencetak gol lawan melakukan shooting bola bisa di tampilkan secara

maksimal. Latihan menendang bola ke target gawang dapat dipilih karena adanya pertimbangan diantara yang terlibat pada alat, instrumen, ketersediaan data dan referensi yang ada, selain kemampuan pemain yang lugas.

Dapat disimpulkan bahwa data dan masalah tersebut penulis berkeinginan membuat proposal penelitian yang berjudul “Pengaruh Latihan Target Gawang Terhadap Ketepatan Shooting Futsal Asosiasi Futsal Kecamatan (AFK) Simpang Teritip”.

1.2 Permasalahan Penelitian

1.2.1 Identifikasi Masalah

berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka dapat di identifikasikan masalah sebagai berikut:

1. Pemain club Asosiasi Futsal Kecamatan (AFK) Simpang Teritip kurang berkonsentrasi saat melakukan *shooting* kearah sasaran sehingga tidak bisa melakukan shooting kearah sasaran secara cepat dan akurat.
2. Tingkat ketepatan *Shooting* Futsal pada pemain Asosiasi Futsal Kecamatan (AFK) Simpang Teritip masih terlihat rendah dan perlu ditingkatkan.
3. Kurangnya intensitas latihan kemampuan *shooting* yang dilakukan pemain dikarenakan hanya dilakukan saat latihan, sehingga kemampuan shooting kearah target pemain belum tepat dan maksimal.

1.2.2 Batasan Masalah

Menurut latar belakang masalah, agar masalah yang di ceritakan tidak terlalu jauh atau tidak melebar dari target tujuan sesungguhnya, Penelitian ini hanya difokuskan pada pengaruh latihan target goal terhadap hasil ketepatan shooting bola futsal oleh pemain Asosiasi Futsal Kabupaten (AFK) Simpang Teritip. Perlu adanya pendefinisian masalah yang diteliti agar temuan penulis lebih konseptual dan tidak menimbulkan interpretasi yang berbeda.

1.2.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut : bagaimana pengaruh latihan *Target* terhadap hasil ketepatan *Shooting* bola pemain Futsal Assosiasi Futsal Kecamatan (AFK) Simpang Teritip?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan diatas, maka yang menjadi tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan *Target* terhadap hasil ketepatan *Shooting* bola pemain futsal club Assosiasi Futsal Kecamatan (AFK) Simpang Teritip.

1.4 Manfaat Penelitian

Sesudah penelitian ini terlaksanakan, maka harapan peneliti bisa memiliki manfaat sebagai berikut:

1.4.1 Secara teoritis

- a. Memberi pengembangan pengetahuan, khususnya bagi mahasiswa fakultas keguruan dan ilmu pendidikan penjaskes.
- b. Sebagai kajian bagi peneliti selanjutnya, sehingga lebih mengetahui tentang latihan untuk ketepatan yang tepat dalam permainan futsal.

1.4.2 Secara praktis

- a. Bagi penulis, sebagai syarat laporan akhir untuk mendapatkan gelar strata 1 serta memberikan informasi dan pengetahuan tentang bagaimana cara dalam meningkatkan ketepatan *shooting* pada olahraga Futsal.
- b. Bagi pendidik, pelatih dan Pembina olahraga, sebagai model pembelajaran yang efektif dan sebagai dasar bagi proses melatih atau menginstruksikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Abid, Wan Muhlish El, Purnomo, E., & Kresnadi, H. (2013). Pengaruh Latihan Sasaran Menggunakan Ban Bekas Terhadap Hasil Shooting Permainan Sepakbola Siswa Hidayatul Muhsinin. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 2(12).
- Alfi Candra. 2016. Pengaruh Latihan Menendang Menggunakan Imageri Terhadap Akurasi Tendangan ke Gawang. *Jurnal Sport Area*. 1(1). 4
- AMIN, A. (2021). *Pengaruh Latihan Permainan Target Terhadap Ketepatan Shooting Menggunakan Kaki Bagian Dalam Pemain Futsal Skada Fc* (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR).
- Anam, K. (2013). *Pengembangan Latihan Ketepatan Tendangan dalam Sepakbola untuk Anak Kelompok Umur 13-14 Tahun.**Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, Volume 3, Nomor 2. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Anam, K., Irawan, F. A., & Nurrachmad, L. (2018). Pengaruh Metode Latihan dan Koordinasi Mata-Kaki terhadap Ketepatan Tendangan Jarak Jauh. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 8(2), 57–62.
- Aji, S. (2016). Buku olahraga paling lengkap. Pamulang: Ilmu Bumi Pamulang.
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Baharudin Wirdan, 2015. *Tingkat keterampilan dasar bermain futsal peserta ekstrakurikuler sd muhammadiyah suronatan kota yogyakarta*. (sripsi) Universitas Negeri Yogyakarta
- Budiwanto, S. 2012. *Metodologi Kepelatihan Olahraga*. Malang: UM Press.
- Delika, O. S. (2021). Pengaruh Latihan Variasi Shooting Terhadap Ketepatan Shooting Sepakbola Pada SSB Persada Desa Dusun Dalam Kabupaten Kerinci: The Influence of Shooting Variation Training on the Accuracy of Football Shooting on SSB Persada Village Dusun in Kerinci Regency. *Journal Score*, 1(1), 50-58.
- Dianata, Rudi dan Sujari. (2017) *Pengaruh Permainan Target Terhadap Ketepatan Servis Gaya Forehand Pada Peserta Ekstrakurikuler Bulu Tangkis di SMP KosgoroSragiTahun2017,2,83-89*.
- Faozi, F. (2019). *Pengaruh Penggunaan Aplikasi Nike Training Club Terhadap Peningkatan Vo2max Pada Pemain Ekstrakurikuler Futsal Putri Man 1 Kabupaten Sukabumi*. *Jurnal Ilmiah Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan* , 184.
- Giriwijoyo, S. Dan Sidik, D.Z. 2013. *Ilmu Faal Olahraga (Fisiologi Olahraga): Fungsi Tubuh Manusia pada Olahraga untuk Kesehatan dan Prestasi*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

- Gunawan, I. (2014). Tingkat Pengetahuan Siswa Tentang Taktik dan Strategi Bermain Futsal pada Siswa Peserta Ekstrakurikuler Futsal di SMA Muhammadiyah 1 Muntitan tahun 2014. Skripsi.
- Halim, S. (2012). *1 Hari Pintar Main Futsal*. MediaPressindo.
- Harsono. 2015. *Kepelatihan Olahraga Teori dan Metodologi*. Bandung. PT Remaja Rosdakarya Offset.
- Iyakrus. (2012). *Permainan sepak takraw*. Palembang: Unsri Press.
- Iyakrus, D. 2014. Evaluasi Test Fisik Atlet Pencak Silat Program” Sriwijaya Cemerlang” Pelatda PON XIX 2016 KONI Sumatra Selatan. *ALTIUS*, 3(1), 35-41.
- Iyakrus, I (2019). Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Prestasi. *Altius : Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*.
- Justinus Lahksana, (2011). *Taktik & strategi Futsal modern*. Jakarta: Be Champion.
- Justinus Lahksana, (2012). *Taktik & strategi Futsal modern*. Jakarta: Be Champion.
- Miekle, D. (2013). *Soccer fundamental*. Eastern Oregon University: Human Kinetics.
- Mulyono, Muhammad Asriady. 2017. *Buku Pintar Panduan Futsal*. Jakarta Timur : Anugrah.
- Murhananto. 2013. *Dasar-dasar Permainan Futsal (Sesuai Dengan Peraturan FIFA)*. Jakarta: PT. Kawan Pustaka.
- Nala, I Gusti Ngurah. 2011. *Prinsip Pelatihan Fisik Olahraga*. Denpasar: Udayana University Press.
- Narlan, Abdul. dkk. 2017. *Pengembangan Instrumen Keterampilan Olahraga Futsal*. Jurnal Siliwangi Vol. 3. No.2
- Naser, N., Ali, A., & Macadam, P. (2017) Physical and physiological demand of futsal. *Journal of Exercise Science & Fitnes*, 11: 76-80
- Palmizal, A. (2011). *Pengaruh metode latihan global terhadap akurasi ground stroke forehand dalam permainan tenis*. Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia., Vol 1. Edisi 2. (PP.112-117).
- Palmizana. 2012. Pengaruh Metode Latihan Elementer Terhadap Akurasi Groundstroke Forehand Dalam Permainan Tenis. *Jurnal Cerdas Sifa*.
- Pamungkas, Y. D. (2013). *tingkat keterampilan teknik dasar bermain futsal peserta ekstrakurikuler futsal SMA dan SMK Yayasan PIRI Daerah Istimewa Yogyakarta*. Skripsi, 22.

- Prasetya, T. D. (2014). *Analisis Teknik Lemparan ke Dalam dengan Awalan Untuk Menghasilkan Lemparan Tepat Sasaran Pada Pemain Sepak Bola*. E-Journal Kesehatan Olahraga FIKUNESA,2(4),19.
- Raharjo, Septo Maulana. (2018). *Pengembangan alat target tendangan untuk melatih akurasi shooting pemain sepak bola*. Jurnal Olahraga Prestasi, Vol. 14, No. 2. 164–177.
- Rinaldi Muhammad, Syawal Muhammad. (2020).Buku Jago Futsal. Tangerang Selatan : Ilmu Cemerlang Group(5-6)
- Sagala, S. (2014). *Konsep dan Makna Pembelajaran*. Bandung: Alfabeta.
- Sintaro, S., Surahman, A., & Khairandi, N. (2020). Aplikasi Pembelajaran Teknik Dasar Futsal Menggunakan Augmented Reality Berbasis Android. *TELEFORTECH: Journal of Telematics and Information Technology*, 1(1), 22-31.
- Sudjana, N. (2014). *Dasar-Dasar Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Sinar Baru Algensindo.
- Sudjana. 2005. *Metode Statistika*. Bandung: Tarsito.
- Sugiyono, P. D. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta, cv. Jl. Gegerkalong Hilir no. 84 Bandung.
- Sukirno dan Waluyo. 2012. *Panduan Praktis bagi Pelatih Profesional Menciptakan Atlet Untuk Meraih Prestasi Tinggi*. Palembang: Unsri Press.
- Sukirno dan Waluyo. 2012. *Cabang Olahraga Bola Voli*. Palembang: Universitas Sriwijaya.
- Syafruddin. (2011). *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Padang: UNP Press.
- Tangkudung, James. (2012). *Kepelatihan Olahraga Pembinaan Prestasi Olahraga*. Jakarta: Cerdas Jaya.
- Tirtawirya, D. (2016). *Metode Melatih Teknik dan Taktik Taekwondo*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Wijang Pulung Baskoroaji, 2016. *Pengaruh latihan ball feeling dan agility terhadap kemampuan menggiring bola siswa peserta ekstrakurikuler futsal putri di sma negeri 1 depok sleman*. (sripsi) Universitas Negeri Yogyakarta.
- Yildiz, S. M., & Kara, A. (2012). A re-examination and extension of measuring perceived service quality in physical activity and sports centres (PSC): QSport-14 scale. *International Journal of Sports Marketing and Sponsorship*