

**PENGARUH LATIHAN TENDANGAN *OPEN SKILL* TERHADAP  
PENINGKATAN KETEPATAN *SHOOTING* PADA KLUB  
SEPAKBOLA OGAN ILIR *UNITED***

**SKRIPSI**

oleh

**Ahmad Aji Waskito**

**NIM : 060061281722014**

**Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**

**UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

**2021**

**PENGARUH LATIHAN TENDANGAN *OPEN SKILL* TERHADAP  
PENINGKATAN KETEPATAN *SHOOTING* PADA KLUB  
SEPAKBOLA OGAN ILIR *UNITED***

**SKRIPSI**

oleh

**Ahmad Aji Waskito**

**NIM:06061281722014**

**Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan**

**Mengesahkan:**

Mengetahui,

Ketua Program Studi,



Dr. Hartati, M.Kes

NIP. 19600610195032006

Pembimbing,



Drs. Syamsuramel, M.Kes

NIP. 196303081987031003



**PENGARUH LATIHAN TENDANGAN *OPEN SKILL* TERHADAP  
PENINGKATAN KETEPATAN *SHOOTING* PADA KLUB  
SEPAKBOLA OGAN ILIR *UNITED***

**SKRIPSI**

oleh

**Ahmad Aji Waskito**

**NIM:06061281722014**

**Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan**

**Disetujui untuk diajukan dalam ujian akhir Program Sarjana**

Mengetahui,

Ketua Program Studi,



Dr. Martati, M.Kes

NIP. 19600610195032006

Pembimbing,



Drs. Syamsuramel, M.Kes

NIP. 196303081987031003

**PENGARUH LATIHAN TENDANGAN *OPEN SKILL* TERHADAP  
PENINGKATAN KETEPATAN *SHOOTING* PADA KLUB  
SEPAKBOLA OGAN ILIR *UNITED***

**SKRIPSI**

Oleh

**AHMAD AJI WASKITO**

**NIM: 06061281722014**

**Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan**

**Telah diujikan dan lulus pada:**

**Hari : Jum'at**

**Tanggal : 23 Juli 2021**

**TIM PENGUJI**

1. Ketua : Drs. Syamsuramel, M.Kes



2. Anggota : Dr. Syafaruddin, M.Kes



3. Anggota : Destriani, M.Pd



**Indralaya, 23 Juli 2021**

**Mengetahui,**

**Koordinator Program Studi,**

**Dr. Hartati, M.Kes**

**NIP 196006101985032006**



## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ahmad Aji Waskito

NIM : 06061281722014

Program Studi : Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Menyatakan dengan sungguh-sungguh bahwa skripsi yang berjudul “Pengaruh Latihan Tendangan *Open Skill* Terhadap Peningkatan Ketepatan *Shooting* pada Klub Sepakbola Ogan Ilir *United*” ini adalah benar karya saya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan dan 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 dan/atau pengaduan 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.

Inderalaya, 16 Juli 2021

Yang membuat pernyataan,



Ahmad Aji Waskito  
NIM. 06061281722014

## PRAKATA

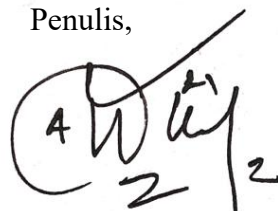
Alhamdulillah, puji syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT atas segala nikmat dan karunia yang tak terhingga serta berkat ridhonya, shalawat dan salam untuk nabi Muhammad SAW dan pengikutnya hingga akhir zaman, skripsi yang berjudul “Pengaruh Latihan Tendangan *Open Skill* Terhadap Peningkatan Ketepatan *Shooting* pada Klub Sepakbola Ogan Ilir *United*” ini bisa dirampung dan disusun untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sriwijaya. Dalam mewujudkan skripsi ini, penulis telah mendapat bantuan dari berbagai pihak.

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Drs. Syamsuramel, M.Kes yang selalu bersedia meluangkan waktunya untuk membimbingku serta tulus memberikan nasihat dan masukan kepadaku selama ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Prof. Dr. Ir. H. Anis Saggaff, MSCE selaku Rektor Universitas Sriwijaya. Dr. Hartono M.A selaku Dekan FKIP Universitas Sriwijaya. Dr. Hartati, M.Kes selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, yang telah memberikan kemudahan dalam pengurusan administrasi selama penulisan skripsi ini.

Selanjutnya penulis juga mengucapkan terima kasih kepada klub Ogan Ilir *united* yang telah mengizinkan, mendukung, dan membantu selama penulis melakukan penelitian dalam rangka menyelesaikan skripsi ini. Tidak lupa kepada semua pihak yang telah memberi bantuan sehingga skripsi ini dapat di selesaikan. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat untuk pengajaran Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan dan pengembangan ilmu pengetahuan, teknologi, dan seni.

Inderalaya. 16 Juli 2021

Penulis,

A handwritten signature in black ink, consisting of stylized letters and numbers, enclosed in a circle. The signature appears to be 'Aji Waskito' with a '2' written below it.

Ahmad Aji Waskito

## PERSEMBAHAN

Bismillahirromanirrahim

Alhamdulillahilabbil'alamiin

Diawali dengan lantunan syukurku kepada Allah SWT, inginku ungkapkan rasa terima kasihku yang tak terhingga kepada orang-orang istimewa yang Allah SWT hadirkan dihidupku dan memberiku semangat, inspirasi, nasehat, do'a, dukungan, dan menemani setiap suka dan dukaku dalam perjuangan di bangku perkuliahan. Serta limpahan kasih sayang untukku baik yang tersirat maupun yang tersurat.

Ku persembahkan karyaku ini untuk:

- Kedua Orang Tuaku, Ayahku (Paimin), ibuku (Sukini), adikku (Lintang Maulia Wijanti) dan Pakwo H. Sukimin (Alm). yang selamanya akan selalu memberikan kasih sayang, semangat, pengorbanan serta doa yang selalu dipanjatkan demi kelancaran dan kesuksesanku. Gelar sarjana ini kupersembahkan untuk kalian Bapak dan Ibuku. Motivasi terbesarku ketika hidupku terasa perih dan sulit. Sungguh impian terbesarku adalah untuk membahagiakan dan membanggakan kalian.
- Keluarga besarku, Kakek, Nenek, Paman, Bibi, Sepupu dan lainnya yang ada di Tanjung Enim dan Jawa Tengah (Karangdowo Klaten)
- Drs. Syamsuramel, M.Kes yang selalu bersedia meluangkan waktunya untuk membimbingku serta tulus memberikan nasihat dan masukan kepadaku selama ini.
- Bapak dan ibu dosen pendidikan jasmani dan kesehatan (Ibu Hartati, Ibu Marsiyem, Bpk Sukirno, Bpk Syafaruddin, Bpk Meirizal, Bpk Iyakrus, Bpk Afrizal (Alm), Bpk Waluyo, Bpk Giartama, Bpk Maskur (Alm), Bpk Yusfi, Bpk Richard, Bpk Wahyu, Bpk Reza, Bpk Sholeh, Ibu Destriani, Ibu Destriana, Ibu Silvi, ) dan admin prodi Penjaskes (Kak Angga Setiawan) terima kasih atas ilmu dan bimbingan yang telah diberikan kepadaku selama ini.
- Terkhusus kost squad dan sahabatku: Ullya Ulfa Sholehah, Eva Safitri, Nadia Simanungkalit, Wenny Kurniati Putri, Vidya Dian Rizkiani, Agnes Sopiayah Maliza, Erma Damayanti, Nilam Dyah Ary Widyastuti, Anisa Rizki Yolanda, Panggi Meidiansya, Al Ikhsan, Risiko Saputra, M. Dwi Parlindungan, Tarmono, yang selalu memberikan semangat, saran dan motivasinya.

- M. Ihsan Shabih, Sandra Tobi, Septiya Nurdiyanti Pratama, Yuka Firdaus Kurniawan, yang telah membantu penelitian dan selalu memberikan saran.
- Keluarga besar dari teman-teman Gata Zero Vive, Newte dan Serunting
- Teman-teman Didesihat's : Febri, Otang, Dimas, Ilmi, Rendy, Candra, Apri, Nopri, Aldy, Rifki, Ari, Kevin, Kemas, Ajik
- Presiden klub, staff pelatih, dan pemain klub sepakbola Ogan Ilir *united* yang telah memberikan bantuan dalam skripsi ini.
- Semua rekan mahasiswa Penjaskes 2017 Universitas Sriwijaya atas kebersamaan, pertolongan dan keyakinan yang kalian berikan selama ini.
- Guru-guruku, teman-temanku, dan keluarga besar SD Negeri 19 Lawang Kidul, terkhusus angkatan 2011.
- Guru-guruku, teman-temanku, dan keluarga besar MTS Negeri Lawang Kidul, terkhusus angkatan 2014.
- Guru-guruku, teman-temanku, dan keluarga besar SMK Negeri 2 Muara Enim, terkhusus angkatan 2017.
- Serta semua pihak yang memberi bantuan, motivasi, dukungan serta doa dari awal hingga akhir yang tak bisa disebutkan satu persatu.
- Agama, Bangsa, dan Almamaterku.



## **MOTTO**

“Teruslah berusaha dan berdoa, teruslah menjadi orang baik dan bermanfaat bagi orang lain, mengeluh tidak menyelesaikan semuanya, apalagi menyerah bukanlah pilihan dan sulit bukan berarti tidak mungkin yakinlah bahwa kita mampu melaluinya dan indah pada waktunya Insya Allah kebaikan dan kesuksesan akan datang karna Allah selalu bersama kita” (Penulis).

“Man jadda wa jadda: Barang siapa yang bersungguh sungguh dia pasti berhasil

“Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum, sebelum mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri” (Q.S Ar-Ra’d: 11 ).

“Dua hal yang menentukan kualitasmu: kesabaranmu ketika kamu tidak memiliki apapun dan sikapmu ketika kamu memiliki segalanya” (Ali bin Abi Thalib).

## DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN UJIAN SKRIPSI.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN PENGUJI.....	iv
SURAT PERNYATAAN.....	v
PRAKATA .....	vi
PERSEMBAHAN .....	vii
MOTTO .....	ix
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR TABEL .....	xiii
DAFTAR GAMBAR .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xv
ABSTRAK .....	xvi
ABSTRACT .....	xvii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Permasalahan Penelitian.....	3
1.2.1 Identifikasi Masalah.....	3
1.2.2 Batasan Masalah.....	3
1.2.3 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Tujuan Penelitian .....	4
1.4 Manfaat Penelitian .....	4
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
2.1 Hakikat Permainan Sepak Bola.....	5
2.1.1 Pengertian Permainan Sepak Bola.....	5
2.1.2 Hakikat Shooting Pada Permainan Sepak Bola.....	5
2.1.3 Teknik <i>Shooting</i> .....	6
2.1.4 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Peningkatan Ketepatan <i>Shooting</i> .....	7

2.2 Hakikat Latihan.....	8
2.2.1 Pengertian latihan .....	8
2.2.2 Tujuan Latihan.....	8
2.2.3 Prinsip-Prinsip Latihan.....	9
2.3 Hakikat <i>Open Skill</i> .....	10
2.3.1 Pengertian Tendangan.....	10
2.3.2 Pengertian <i>Open skill</i> .....	10
2.3.3 Cara Latihan Tendangan <i>Open Skill</i> .....	11
2.3.4 Hubungan Tendangan <i>Open Skill</i> Dengan Kemampuan <i>Shooting</i> .....	12
2.4 Kerangka Berfikir.....	12
2.5 Hipotesis Penelitian.....	13

### **BAB III METODE PENELITIAN**

3.1 Jenis Penelitian.....	14
3.2 Rancangan Penelitian.....	14
3.3 Variabel Penelitian.....	15
3.4 Definisi Operasional.....	15
3.5 Populasi dan Sampel Penelitian.....	16
3.5.1 Populasi.....	16
3.5.2 Sampel.....	16
3.6 Teknik Pengumpulan Data.....	16
3.7 Instrumen Penelitian.....	17
3.8 Evaluasi .....	18
3.9 Teknik Analisis Data.....	19
3.9.1 Uji Normalitas Data.....	19
3.9.2 Uji Hipotesis.....	21

### **BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN**

4.1 Hasil Penelitian .....	22
4.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	22
4.1.2 Deskripsi Sampel Penelitian .....	22

4.1.3 Deskripsi Data Hasil <i>Pretest Shooting</i> .....	23
4.1.4 Deskripsi Data Hasil <i>Posttest Shooting</i> .....	27
4.1.5 Deskripsi Data Peningkatan Latihan Tendangan Open Skill.....	31
4.1.6 Deskripsi Data Pengaruh Latihan Tendangan Open Skill Terhadap Peningkatan Ketepatan Shooting Pada Club Sepakbola Ogan Ilir United.....	32
4.1.7 Uji Normalitas.....	32
4.1.8 Uji Hipotesis.....	33
4.2 Pembahasan.....	35
 <b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
5.1 Simpulan.....	38
5.2 Saran.....	38
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	39

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Penilaian Tes Ketepatan <i>Shooting</i> .....	19
Tabel 4.1 Distribusi Data Instrumen Tes <i>Shooting (pretest)</i> .....	24
Tabel 4.2 Tabel Distribusi Data Instrumen Tes <i>Shooting (pretest)</i> .....	24
Tabel 4.3 Distribusi Data Instrumen Tes <i>Shooting (posttest)</i> .....	28
Tabel 4.4 Tabel Distribusi Data Instrumen Tes <i>Shooting (posttest)</i> .....	28
Tabel 4.5 Daftar Hasil Perbedaan <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> .....	31
Tabel 4.6 Daftar Peningkatan Hasil <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> .....	32

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir .....	13
Gambar 3.1 Desain Penelitian .....	15
Gambar 3.2 Tes <i>Shooting</i> .....	17
Gambar 3.3 Modifikasi Gawang .....	18
Gambar 4.1 Histogram <i>pretest</i> Hasil Tes <i>Shooting</i> .....	25
Gambar 4.1 Histogram <i>posttest</i> Hasil Tes <i>Shooting</i> .....	29

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Daftar Riwayat Hidup .....	45
Lampiran 2. Lembar Usulan Judul .....	46
Lampiran 3. Lembar Persetujuan Seminar Proposal .....	47
Lampiran 4. Lembar Kartu Bimbingan Proposal .....	48
Lampiran 5. Lembar Perbaikan Proposal .....	49
Lampiran 6. Lembar Persetujuan Seminar Hasil Penelitian .....	50
Lampiran 7. Lembar Kartu Bimbingan Hasil Penelitian .....	51
Lampiran 8. Lembar Perbaikan Hasil Peneliian .....	52
Lampiran 9. Lampiran Persetujuan Ujian Skripsi .....	53
Lampiran 10. Bukti Perbaikan Skripsi .....	54
Lampiran 11. Lembar Obesrvasi <i>Shooting</i> .....	55
Lampiran 12. Surat Izin Penelitian .....	57
Lampiran 13. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian .....	58
Lampiran 14. Program Latihan .....	59
Lampiran 15. Data Hasil <i>Pre-test</i> Tendangan <i>Open skill</i> .....	69
Lampiran 16. Data Hasil <i>Post-test</i> Tendangan <i>Open Skill</i> .....	70
Lampiran 17. Tabel Hasil Perbedaan <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> .....	71
Lampiran 18. Data Latihan Eksperimen.....	72
Lampiran 19. Tabel Distribusi T .....	73
Lampiran 20. Tabel Chi Kuadrat .....	74
Lampiran 21. Dokumentasi Penelitian .....	75

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan tendangan *open skill* terhadap peningkatan ketepatan *shooting* pada klub sepakbola Ogan Ilir *united*. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen semu yang artinya hanya sampel yang diberi perlakuan. 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 tendangan *open skill*. Dari hasil pengolahan dan analisis data dengan menggunakan uji normalitas data dan uji hipotesis dengan rumus uji t, bahwa latihan tendangan *open skill* berpengaruh terhadap peningkatan ketepatan *shooting* sepak bola. Hal ini dapat dilihat dari hasil analisis data melalui perhitungan rumus uji t dengan kriteria t hitung lebih besar dari t tabel ( $13,57 > 1,70$ ) dengan taraf kepercayaan 0,95 ( $\alpha = 0,05$ ) dan jumlah sampel ( $N = 30$ ), maka hipotesis yang diajukan diterima. Latihan tendangan *open skill* benar-benar memberikan pengaruh terhadap peningkatan ketepatan *shooting* sepak bola. Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh latihan tendangan *open skill* yang diduga mempunyai pengaruh terhadap peningkatan ketepatan *shooting* sepak bola, menunjukkan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan ketepatan *shooting* pada klub sepakbola Ogan Ilir *united*.

**Kata Kunci:** *Open Skill, Shooting, Sepak Bola.*



## ABSTRACT

*This study aims to determine the effect of open skill kick training on increasing shooting accuracy at the Ogan Ilir united football club. The method used in this study is a quasi-experimental method, which means that only the sample is treated. The research design used was One Group Pretest-Posttest Design. Sampling using a total population sampling technique with a sample of 30 people. The research instrument is that all samples perform an open skill kick test. From the results of data processing and analysis using the data normality test and hypothesis testing with the  $t$  test formula, that open skill kick training has an effect on increasing the accuracy of soccer shooting. This can be seen from the results of data analysis through the calculation of the  $t$  test formula with the  $t$  count criteria greater than  $t$  table (13.57 1.70) with a confidence level of 0.95 ( $\alpha = 0.05$ ) and the number of samples ( $N = 30$ ), then the proposed hypothesis is accepted. Open skill kick training really has an effect on increasing the accuracy of soccer shooting. Based on the results of research on the effect of open skill kick training which is thought to have an effect on increasing soccer shooting accuracy, it turns out to have a significant effect on increasing shooting accuracy at Ogan Ilir united football club.*

**Keywords:** *Open Skill, Shooting, Soccer.*

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang

Olahraga merupakan serangkaian aktivitas fisik yang guna untuk menyehatkan tubuh serta untuk mencapai suatu prestasi. Olahraga adalah suatu kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, dan sosial (Destriana, 2012:26). Salah satu dari tujuan olahraga yaitu meningkatkan prestasi olahraga, pencapaian prestasi diperlukan adanya pembinaan sedini mungkin melalui pencarian, pemantauan bakat, pendidikan, serta pelatihan olahraga (Yusfi, dkk., 2019:78). Olahraga sepakbola adalah olahraga yang mengalami perkembangan yang sangat menakjubkan. Perkembangan sepakbola dunia dan Indonesia adalah salah satu perjalanan sejarah yang begitu panjang sebagai olahraga sepakbola yang melegenda dan disenangi di berbagai kalangan usia (Juzzahri, dkk., 2017:47). Olahraga sepakbola merupakan olahraga *fairplay* yang sangat disukai banyak kalangan (Pratama, 2012:156).

Permainan sepakbola ini juga telah tersebar luas ke semua lapisan dunia, termasuk Indonesia. Salah satunya di wilayah Kabupaten Ogan Ilir misalnya, mulai dari kalangan anak-anak maupun orang dewasa setiap hari tentunya memainkan sepakbola walaupun dengan cara yang sederhana dan juga lapangan yang tidak standar sehingga susah untuk menemukan bakat-bakat pemain sepakbola di daerah ini. Syarat untuk dapat bermain sepakbola dengan baik salah satunya adalah pemain diwajibkan untuk menguasai keterampilan dasar sepakbola yang baik karena pemain yang mempunyai keterampilan dasar sepakbola yang baik, maka dari itu pemain tersebut bisa dapat bermain sepakbola dengan baik pula. (Putra, dkk.,2015:32) untuk bisa mendapatkan dan menguasainya dibutuhkan latihan dengan (kegawang), passing (mengumpan), *heading* (menyundul bola), *tackling* (merebut bola), dan *dribbling* (menggiring bola). Salah satu kemampuan dasar yang penting untuk dikuasai pemain yaitu teknik menendang bola.

Salah satu kemampuan dasar yang penting untuk dikuasai pemain yaitu teknik menendang bola. Menendang bola adalah salah satu usaha untuk memindahkan bola dari tempat satu ke tempat yang lain dengan menggunakan kaki. Menendang bola juga dapat dilakukan dengan keadaan bola diam, menggelinding, maupun melayang di udara (Khoirul Anam, 2013:79).

*Open skill* (keterampilan terbuka) merupakan keterampilan yang disajikan dalam lingkungan yang berubah-ubah dalam penampilanya. Contoh dari keterampilan terbuka yaitu *shooting* pada sepakbola. Salah satu ciri dari keterampilan ini yaitu biasanya dipicu dari faktor eksternal atau dari luar (*eksternally paced*) dimana *timing* pelaksanaannya dikontrol oleh lingkungan sekitar (atau lawan) dan berpacu pada kemampuan pelaku untuk cepat memproses tanda-tanda perseptual (terutama visual). Seseorang yang terampil dapat memahami kondisi lingkungan dan juga dapat menyesuaikan diri dengan kondisi yang berubah-ubah (Helga, dkk., 2014:4). Latihan dengan bola bergerak, model latihan ini dilakukan di area luar kotak penalti. Metode latihan menggunakan bola bergerak dapat dilakukan dengan berbagai macam model dan variasi. Pengembangan metode menggunakan bola bergerak yaitu melibatkan lebih dari satu pemain (Juzzahri, dkk., 2017:47).

Setiap akhir serangan hal yang dibutuhkan konsentrasi saat menendang bola (*shooting*) yaitu untuk memasukkan bola ke gawang lawan. Hal ini juga akan melatih suatu kebiasaan agar dapat memaksimalkan peluang untuk mencetak gol dan juga menghasilkan kemenangan. Kemampuan *shooting* dapat didukung dengan teknik dan awalan pada saat melakukan *shooting* dengan akurasi yang tepat. Contoh seperti para pemain profesional, siapapun pemain sepakbola yang menguasai teknik *shooting* yang bagus dan dengan akurasi yang tepat maka tentunya dapat mencetak gol ke gawang lawan. Dengan kemampuan *shooting* tersebut dapat diasah melalui latihan menggunakan metode latihan yang bervariasi sehingga pemain dapat menguasai teknik secara tepat dan akurat.

Berdasarkan hasil pengamatan yang telah dilakukan di klub sepakbola Ogan Ilir *united* sebanyak 30 pemain rata-rata usia 14-16 tahun pada saat latihan gabungan hari Selasa tanggal 16 Februari 2021 terdapat beberapa kekurangan yang diamati pada saat permainan berlangsung, yaitu pada gerakan menendang bola (*shooting*) gerakan benar 43,3% dan 56,7% gerakan salah. Dalam melakukan tendangan (*shooting*) masih banyak pemain yang tidak mengarah ke gawang. Melihat kondisi tersebut, maka perlu dilakukan variasi bentuk latihan tendangan *open skill* agar dapat meningkatkan ketepatan *shooting* sepakbola.

Berdasarkan uraian di atas, untuk mengatasi kelemahan *shooting* ke arah gawang perlu dilakukan penelitian dengan judul “pengaruh latihan tendangan *open skill* sepakbola terhadap peningkatan ketepatan *shooting* pada klub sepakbola Ogan Ilir *united*”.

## **1.2 Permasalahan Penelitian**

### **1.2.1 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa permasalahan yaitu :

1. Kurangnya variasi latihan *shooting* pada klub sepakbola Ogan Ilir *united*.
2. Kurangnya ketepatan saat melakukan *shooting* sehingga bola tidak mengarah ke gawang pada klub sepakbola Ogan Ilir *united*.

### **1.2.2 Pembatasan Masalah**

Berdasarkan banyaknya masalah yang telah diidentifikasi, maka penelitian ini dibatasi, pada pengaruh latihan tendangan *open skill* terhadap peningkatan ketepatan *shooting* pada klub sepakbola Ogan Ilir *united*.

### **1.2.3 Rumusan Masalah**

Berdasarkan identifikasi latar belakang masalah di atas, maka peneliti menyusun rumusan masalah penelitian. Rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu adakah pengaruh latihan tendangan *open skill* terhadap peningkatan ketepatan *shooting* pada klub sepakbola Ogan Ilir *united*

### **1.3 Tujuan Masalah**

Tujuan penelitian yang ingin dicapai adalah untuk mengetahui pengaruh latihan tendangan *open skill* terhadap peningkatan ketepatan *shooting* pada klub sepakbola Ogan Ilir *united*.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan memiliki manfaat dan kegunaan yang berkaitan dengan permasalahan penelitian ini. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi sebagai berikut :

#### **1. Manfaat Teoritis**

Secara teoritik hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan acuan penelitian yang lain dan dapat menambah pengetahuan dalam penyusunan program latihan

#### **2. Manfaat Praktis**

- a. Manfaat bagi pemain untuk mengetahui tingkat ketepatan *shooting* dan mengembangkan kemampuan *shooting* melalui teknik latihan tendangan *open skill*
- b. Manfaat bagi pelatih latihan tendangan *open skill* bisa dimanfaatkan untuk melatih ketepatan *shooting* pemain

## DAFTAR PUSTAKA

- Adi Sumarsono . (2017). *Pengaruh Metode Latihan Agility Hurdle Drill Dan Agility Leader Terhadap Koordinasi Kaki Anggota UKM Futsal Universitas Merauke*. Merauke: Altius Volume 6 Nomer 1 .
- Aminah, S., Syamsuramel, S., Sukirno, S., & Destriani, D. (2018). *Pengaruh Latihan Shuttle Run terhadap Hasil Tendangan Mawasi Karate pada Kegiatan Ekstrakurikuler SMA*. Altius: Jurnal Ilmu Olahraga dan Kesehatan, 7(2)
- Apta Mylsidayu, dan Febi Kurniawan. (2015). *Ilmu Kepelatihan Dasar*. Bandung : Alfabeta.
- Arikunto. (2013). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Badissalam, M, I., Rusdiana, A., & Sultoni, K. (2016). *Perbandingan Hasil Tendangan Penjaga Gawang Antara Teknik Half Volley, Drop Kick, Dan*
- Boy Indrayana, dan Ely Yuliawan. (2019). *Peyuluhan Pentingnya Penigkatan Vo2max Guna Meningkatkan Kondisi Fisik Pemain Sepak Bola Fortuna Fc Kecamatan Rantau Basau*. Rantau Rasau: Jurnal Ilmiah Sport Coaching And Education Vol 1 .
- Budiman Agung. (2018). *Upaya Peningkatan Teknik Passing Bola Dalam Permainan Sepak Bola Melalui Metode Bermain Berpasangan Pada Siswa Kelas VII.3 Di Smp Negeri 1 Kediri*. Kediri: Jurnal
- Cahyo Adi Priatno. (2014). *Pengaruh Metode Bermain Target Terhadap Kemampuan Shooting Pada Peserta Ekstrakurikuler Bolabasket di SMP N 1 Godean Sleman*Kepelatihan Olahraga Volume 10 Nomor 1 e-ISSN:2657-0703 dan ISSN:2085-5389 COMPETITOR.
- Danny Mielke. (2007). *Dasar-Dasar Sepakbola*. Surabaya : Pakar Raya.
- Daral Fauzi R . (2009). *Tes Keterampilan Sepakbola*. Jakarta: Depdiknas.
- Dedi Nurwiyandi. (2019). *Pengaruh Latihan shooting Terhadap Akurasi Tendangan Penalti Sepak Bola*. Kuningan: Jurnal Of Physycal Educatio ang Sport Science Vol 1 No 1 ISSN:0000-0000 DOI.

- Destriana. (2012). *Latihan Passing Atas Double Contact*. Palembang: Jurnal Altius Penjaskes FKIP Unsri.
- Elfera Rizki. (2018). *Pengaruh Daya Ledak Otot Tungkai Koordinasi Mata Kaki Dan Percaya Diri Terhadap Keterampilan Shooting Sepak Bola (Study Analisis jalur Pada Atlet PPLP Pekanbaru Provinsi Riau)*. Riau: Jurnal Bola ( Bersama Olahraga Laju Asia ) Nomor 1 Volume 1 Hal:34-53 ISSN 2655-1349(print) ISSN 2655-1357(online).
- Eric C. Batty. (2014). *Latihan Metode Baru Sepak Bola Serangan*. Bandung.
- Harry Wibowo Sampurno, & Wildan Qohhar. (2020). *Perbandingan Gaya Mengajar Terhadap Shooting Bola Basket*. Banten: Physical Activity Journal Volume 1 Nomor 2 e-ISSN 2686-5807 e-ISSN 2686-5793.
- Harsono. (2015). *Periodisasi Program Pelatihan*. Bandung: Pt Remaja Rosdakarya.
- Hartati, H Destriana, D., & Junior, M. (2019). *Latihan Dot Drill One Foot Terhadap Kelincahan Tendangan Sabit Dalam Ekstrakurikuler Pencak Silat*. Palembang: Altius Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan.
- Husni, H., Ramadi, R., & Agust, K. (2016). *Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai Dan Koordinasi Mata Kaki Dengan Kemampuan Tendangan Ke Gawang Tim SMAN 1 Bangko Kecamatan Bangko*
- Forward Kick Dalam Permainan Sepakbola*. Bandung: Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan Vol : 01 No : 02.
- Iyakrus. (2012). *Penerapan Closed Skill Dan Open Skill Dalam Latihan SepakTakraw Di Penjas FKIP Universitas Sriwijaya*. Palembang: Altius Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan Volume 2 Nomor 1 ISSN 2078-927X.
- Joseph A. Luxbacher, Ph.D. (2012). *Sepak Bola*. Jakarta.
- Junaidi, A., Sugihartono, T., & Sutisyana, A. (2018). *Pengaruh Latihan Variasi Shooting Ke Arah Gawang Terhadap Akurasi Shooting Dalam Permainan Sepak Bola Pada Pemain U-14 SSB Tunas Muda Bengkulu*. Bengkulu: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani Volume 2 Nomor 2 ISSN 2477-31 KINESTETIK.

- Juzzahri, J., Sukamto, A., & Herman, H. (2017). *Pengaruh Metode Latihan Bola Diam Dan Bola Bergerak Terhadap Peningkatan Keterampilan Menendang Bola Ke Gawang Dslsm Permainan Sepak Bola Pada Klub BPG Palangga Kabupaten gowa* . Gowa: Jurnal Of Phisical Education Sport and Recreation Volume 1 Nomor 1 e-ISSN:2597-7016 dan p-ISSN: 2595-4055 SPORTIVE.
- Khoiril Anam. (2013). *Pengembangan Latihan Ketepatan Tendangan Dalam Sepak Bola Untuk anak Kelompok Umur 13-14 Tahun*. Semarang: Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia Volume 3 Nomor 2 ISSN: 2088-6802.
- Mikkey Anggara Suganda. (2017). *Pengaruh latihan Lingkaran Pinball Terhadap Ketepatan Passing Datar Dalam Permainan Sepak Bola Pada Siswa Ekstrakurikuler Di SMK YPS Prabumulih*. Prabumulih: Jurnal Ilmu Keolahragaan Vol 16 No 1.
- Mohammad Ali. (2012). *Penelitian Kependidikan Prosedur & Strategi*. Bandung: CV Angkasa.
- Muherman, S., & Ramona, S. (2017). *Pengaruh Open Skill Terhadap Ketepatan Pukulan Forehand Drive Dalam Ekstrakurikuler Tenis Meja*. Altius: Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan, 6(1)
- Nana Suryana Nasution. (2015). *Hubungan Kekuatan Otot Lengan Dan Percaya Diri Dengan Keterampilan Open Spike Pada Pembelajaran Permainan Bola Voli Atlet Pelatkab Bola Voli Putri Kabupaten Karawang*. Karawang: Jurnal Pendidikan Uniska Volume 3 Nomor 2 ISSN 2338-2996.
- Paratama, H, P., Indrawan, B., & Mulyadi, A. (2014). *Perbandingan Pengaruh Latihan Keterampilan Open Skill Dengan Closed Skill Terhadap Hasil Shooting Dalam Permainan Futsal*. Tasikmalaya.
- Pangondian Hotliber Purba. (2016). *Upaya Meningkatkan Kecepatan Pukulan Gyaku Tsuki Chudan Melalui Bentuk Latihan Variation Of Body Drops Pada Siswa Putra Ekstrakurikuler Karate SMA Swasta Kristen Imanuel Medan*. Medan: Wahana Didaktika Vol 14 No 3.
- Putra, P, E., Saichudin, S., & Sudjana, I, N. (2015). *Pengembangan Model Latihan Teknik Dasar Shooting Permainan SEpak Bola Usia 12-15 Tahun Pada*



- Peserta Kegiatan Ekstrakurikuler SMP*. Blitar: Jurnal Sport Science Volume 4 Nomor 1.
- Rajidin . (2014). *Model Latihan Shooting Ke Gawang Pada Mahasiswa UKM Sepak Bola IKIP PGRI Pontianak*. Pontianak: Jurnal Pendidikan Olahraga Vol 3 No 2 .
- Ratna Kumala Setyaningrum, & Muhammad Koirul A. (2019). *Perbedaan Pengaruh Latihan Tendangan Menggunakan Kaki Bagian Dalam Dan Punggung Kaki Terhadap Ketepatan Shooting Kegawang Pada SSB Bintang Bola Sragen .* Seragen: Jurnal Kevelatihan Olahraga SMART SPORT Vol17 No 1.
- Reza Resah Pratama. (2017). *Tingkat Keterampilan Teknik Dasar sepak Bola Tim LPI Mahasiswa Unsri Tahun 2012*. Palembang: Altius Vol 6 No 2 .
- Ramdhon, M. A. A., Usra, M., & Destriani, D. (2018). *Latihan Fartlek Menggunakan Lintasan Pasir Terhadap Peningkatan Vo2 Max Sepak Bola*. Altius: Jurnal Ilmu Olahraga dan Kesehatan, 7(1).
- Rustam Efendi. (2016). *Pengaruh Metode Latihan Practice Session Test Session Dan Motivasi Berprestasi Terhadap Keterampilan Menendang Dalam Sepak Bola*. Jakarta: Jurnal Pendidikan Uniska Volume 4 Nomor 1 ISSN 2338-2996.
- Rustendi, E., Hamdy, R, M., & Hakim, F, A., (2014). *Upaya Meningkatkan Kemampuan Shooting Permainan Sepak Bola Menggunakan Metode Modifikasi Permainan Pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 05 Sayan Tahun Pelajaran 2011/2012*. Sayan: Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi Volume 1 Nomer 1.
- Septo Maulana Raharjo. (2018). *Pengembangan Alat Target Tendangan Untuk Melatih Akurasi Shooting Pemain Sepak Bola*. Yogyakarta: Jurnal Olahraga Prestasi Volume 14 Nomor 2.
- Sudjana. (2005). *Metode Statistika*. Bandung: Tarsito
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta Cv
- Sudjana. (2009). *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung:PT Remaja
- Syamsuramel. (2019). *Pengaruh Latihan Interval Lari 30 Meter Terhadap Kemampuan Frekuensi Kecepatan Tendangan Lurus Siswa Ekstrakurikuler*

*Pencak Silat Di MAN 3 Palembang, Jurnal Altius : Jurnal Ilmu Olahraga dan Kesehatan Volume 8 No 1, FKIP UNSRI.*

Syam, N. (2012). *Pengaruh Latihan Tendangan Dengan Menggunakan Kaki Bagian Dalam Dari Latihan Tendangan Dengan Menggunakan Kaki Bagian Luar Terhadap Kemampuan Shooting Finalty Pada Permainan Sepakbola Sepakbola Pada Mahasiswa FIK UNM.* Malang: Competitor Vol : 4 No : 01 .

Syarifuddin. 2013. *Pendidikan Jasmani dan Kesehatan.* Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Pendidikan.

Yusfi, H., Destriani, D., & Destriana, D. (2019). *Evaluasi Program Pembinaan Puslatda Cabang Olahraga Anggar Sumatera Selatan Dalam Menghadapi PON Jawa Barat.* Altius: Jurnal Ilmu Olahraga dan Kesehatan, 8(2)

Zainur, & Agus Sulastio. (2019). *Kontribusi Kekuatan Otot Tungkai Tungkai Dan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Akurasi Tendangan Kegawang.* Pekanbaru.

