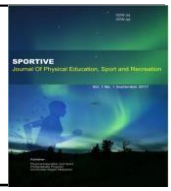
SPORTIVE: Journal of Physical Education, Sport and Recreation
Volume 7 Nomor 1 Mei 2023
e-ISSN: 2597-7016 dan p-ISSN: 2598-4055
This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License



PENGARUH LATIHAN PERMAINAN TARGET TERHADAP KETEPATAN SHOOTING MENGGUNAKAN KAKI BAGIAN DALAM PESERTA EKSTRAKURIKULER FUTSAL SMP NEGERI 2 TAKALAR

Suriah Hanafi[*1]

Keywords *:*
target game, shooting accuracy and futsal.

Corespondensi Author
[1] Jurusan Penjaskesrek, Universitas Negeri Makassar, Indonesia.
Email: suriah.hanafi@unm.ac.id

Article History
Received:
Reviewed: 22-05-2023
Accepted: 28-05-2023
Published: 29-05-2023

ABSTRACT
This study is a quantitative study aimed to determine whether there is an effect of target game training on the accuracy of shooting using the inner foot of futsal extracurricular participants at SMP Negeri 2 Takalar. The dependent variable in this study is shooting accuracy while the independent variable in this study is target game practice. The population in this study were 20 people, while the research sample consisted of 20 people using the Total Sampling sampling technique. The research data was taken using a test in the form of shooting accuracy using the inside of the foot. The data analysis technique used is statistics using computer facilities through the SPSS program. Based on the results of the study, it can be concluded that there is an effect of target game training on the accuracy of shooting using the inner foot of futsal extracurricular participants at SMP Negeri 2 Takalar

Keywords: *target game, shooting accuracy and futsal*

ABSTRAK
Penelitian ini adalah jenis penelitian kuantitatif yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan permainan target terhadap ketepatan shooting menggunakan kaki bagian dalam peserta ekstrakurikuler futsal SMP Negeri 2 Takalar. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah ketepatan shooting sedangkan variabel bebas dalam penelitian ini adalah latihan permainan target . Populasi dalam penelitian ini adalah sebanyak 20 orang sedangkan Sampel penelitian terdiri dari 20 orang dengan menggunakan teknik pengambilan sampel Total Sampling. Instrumen penelitian menggunakan tes berupa ketepatan shooting menggunakan kaki bagian dalam. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi, tes shooting futsal, wawancara dan dokumentasi penelitian. Teknik analisis data yang digunakan adalah statistik menggunakan fasilitas komputer melalui program SPSS. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh nilai t hitung 5.861 dengan nilai signifikansi 0,000. Ternyata nilai signifikan yang diperoleh 0,000 lebih kecil dari 0,05 dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh latihan permainan target terhadap ketepatan shooting menggunakan kaki bagian dalam peserta ekstrakurikuler futsal SMP Negeri 2 Takalar.

Kata Kunci: permainan target, ketepatan shooting dan futsal.

PENDAHULUAN

Permainan futsal mulai berkembang dengan jumlah klub futsal yang semakin banyak di Indonesia. Permainan ini dilakukan oleh 5 orang setiap tim, berbeda dengan sepakbola konfensional yang pemainnya berjumlah 11 orang setiap tim. Ukuran lapangan dan ukuran bolanya lebih kecil dibandingkan ukuran yang digunakan dalam sepakbola. Peraturan olahraga futsal dibuat oleh FIFA agar permainan ini berjalan dengan fair play dan juga untuk menghindari cidera yang terjadi.

Tidak dipungkiri perkembangan futsal di Indonesia sangat pesat. Hal itu bisa dilihat dari banyaknya lapangan futsal yang sudah tersebar di kota – kota besar bahkan sampai ke daerah, penyebaran lapangan futsal semakin banyak. Secara kuantitas perkembangan futsal di Indonesia memang meningkat tetapi tidak secara kualitas. Tidak dapat dipungkiri mayoritas pemain futsal di indonesia adalah rekreasi, meskipun sebenarnya sudah banyak buku ataupun media lainnya seperti video untuk mempelajari bagaimana cara bermain futsal yang baik, namun hal itu tidak serta merta mengangkat kualitas permainan futsal di Indonesia.

Olahraga futsal mempunyaai kesamaan dengan sepak bola, salah satu bentuk kesamaannya adalah memiliki tujuan untuk merebut bola dari penguasaan lawan dan memasukkan bola sebanyak mungkin, serta menjaga pertahanan sehinggah tidak kemasukan bola, dan pemenang diketahui dari total gol tercipta. Walaupun futsal dan sepak bola itu sepintas hanya memiliki kesamaan namun ada beberapa yang membedakan (Toha, 2020).

Futsal adalah permainan dua beregu, masing-masing regu terdiri dari lima orang pemain, termasuk salah satunya penjaga gawang. Tujuan permainan futsal sama dengan permainan sepakbola, yaitu memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dan mempertahankan gawangnya agar tidak kemasukkan (Badaru, 2017b) Suatu regu dinyatakan menang apabila berhasil memasukkan bola ke gawang lawan lebih banyak dari pada regu lawannya, dan apabila jumlah memasukkan bola nya sama dari regu tersebut, maka permainan dinyatakan draw atau seri. Hampir seluruhnya permainan futsal dimainkan dengan tungkai/kaki kecuali penjaga gawang yang boleh memainkan bola dengan lengan/tangan di daerah gawangnya (Abdurahman, 2018).

Berdasarkan penjelasan penjelasan para ahli di atas, penulis menyimpulkan bahwa permainan futsal adalah sebuah permainan dilakukan dengan dua regu yang masing-masing terdiri atas lima orang pemain disetiap team. Permainan futsal merupakan hasil dari adopsi olahraga sepak bola yang telah dimodivikasi menjadi sebuah permainan dan memiliki tujuan yang sama yaitu merebut bola dari penguasaan lawan juga mencetak gol sebanyak banyaknya ke gawang dengan melibatkan seluruh tubuh tidak termaksud tangan. Olahraga futsal sendiri mempunyai peraturan yang sangat terperinci, sehingga bisa membedakan mana sepak bola dan mana futsal. Adapun khusus aturan di lapangan baik ukuran tertentu seperti, ukuran bola, ukuran pada gawang, ukuran lapangan,permainan, dan tidak terbatas melakukan pergantian pemain.

Pada permainan futsal, bola yang digunakan berbeda dengan bola yang biasa digunakan dalam permainan sepakbola. Ukuran bola standar international yang digunakan dalam permainan futsal ukurannya lebih kecil ketimbang bola yang digunakan dalam permainan sepak bola. terdapat beberapa aturan bola yang harus diperhatikan. Menurut standar aturan resmi FIFA dalam *law of the game* (2014: 5) dalam (Toha, 2020) bola yang digunakan harus: a) Mempunyai bentuk bulat, b) Bahan kulit atau sejenisnya, c) Minimal 62 cm dan maksimalnya 64 cm, d) Ketika pertandingan berat bola minimal 400 gram dan maksilamnya 440 gram, e) Mempunyai tekanan yang sama dengan 0,6-0,9 atmosfir (600-900 gram), f) Ketika dipantulkan ketinggian bola antara

50cm –65 cm dari dau meter.

futsal adalah permainan sepak bola yang dilakukan di dalam ruangan lima lawan lima yang diatur oleh FIFA yang dimainkam diatas lapangan yang memilki permukaan keras 40 X 20 m atau daerah yang diberi garis yang memiliki ukuran tertentu atau yang biasa disebut pitch. Sama halnya dengan olahraga lainnya, pemain futsal bekerjasama dengan anggota timnya dalam mencapai tujuan yang sama, yang terpenting adalah untuk mencetak gol pada saat menendang bola, dan untuk mencegah terjadinya gol bagi tim lawan pada saat tim lawan melakukan tendangan. Menjelang akhir pertandingan, strategi permainan yang biasa untuk tim yang sedang bertanding ketika sedang melakukan tendangan untuk menggantikan penjaga gawang pada seorang pemian tambahan, tahap pemain yang akan dituju adalah lima lawan empat ditambah penjaga gawang (Adi Surya et al., 2019).

Berbagai teknik dan gerakan yang bisa dilakukan pemain di dalam lapangan, terdapat berbagai kombinasi teknik dan gerakan yang dimiliki pemain sangatlah mendukung dalam pengusaan bola untuk mencapai sebuah kemenagan. Kenyataan di lapangan, permainan futsal didominasikan oleh pengusaaan bola passing cepat antar pemain dan kemampuan shooting yang bagus contohnya pada tim futsal yang sudah professional, tim futsal dapat menguasai bola sangat baik, aliran bola cepat passing yang bagus, dribble yang baik, shooting yang akurat, saling mendukung rekan satu tim, membuka ruang untuk pergerakan kerjasama yang solid dan juga skill individu yang dimiliki pemain membuat tim menjadi yang bagus (Wardana, 2017)

Teknik yang dilakukan dalam bermain futsal hampir sama dengan permainan sepak bola, namun ada perbedaannya seperti faktor lapangan yang relatif lebih kecil dan permukaan lantai yang keras. Faktor fisik pemain juga harus diperhatikan karena bermain futsal dengan lapangan kecil harus melakukan gerakan-gerakan yang lincah sehingga menguras fisik maupun emosi pemain (Guanabara et al., 2020).

Teknik dasar sangat penting bagi pemain, karena teknik dasar akan sangat berpengaruh dalam permainan meskipun dalam permainan hal itu dilakukan situasional. Mengenai teknik dasar menurut (Subarno & Wibowo, 2015) menjelaskan bahwa “Kesempurnaan teknik-teknik dasar dari setiap gerakan adalah penting oleh karena itu akan menentukan gerak keseluruhan”. Karena itu setiap cabang olahraga yang harus dilatih dengan baik adalah teknik dasarnya, karena ketika teknik dasar dikuasai dengan baik akan sangat menunjang dalam permainan, yaitu teknik dasar mengumpan *(passing)* sesuai, teknik dasar menahan bola *(control)* menahan, teknik dasar mengumpan lambung *(chipping)* umpan, teknik dasar menggiring bola *(dribbling)* teknik, teknik dasar menembak bola *(shooting),* (Abdurahman, 2018).

Menurut (Lhaksana, 2011) dalam (Badaru, 2017a) goal keeper atau penjaga gawang mempunyai peranan yang snagat penting sekali. Serangan dan pertahanan dimulai dari penjaga gawang. Dengan distribusi bola melalui lemparsn atau tendangan kearah pemain lainnya sebuah serangan dapat diawali, begitu juga dengan pemertahanan yang rapi dapat dilakukan. Karaksteristik utama penjaga gawang adalah spritual, mental, dan fisik. Seoarang penjaga gawang membutuhkan, a) keberanian, b) konstrasi, c) kepercayaan diri, 4) Kecepatan reaksi, d) kelenturan, e) keseimbanan, f) kekuatan, dan g) power. Terdapat dua jenis dasar menagkap bola yaitu teknik menangkap bola atas dan bola bawah. Selain menagkap, penjaga gawang juga memerlukan keterampilan dalam memblokong tendangan lawa. Biasannya ini digunakan untuk menghalau tendangan keras yang sangat dekat, biasannya satu-satunya pilihannya yaitu harus membelokkan atau memblok bola yang datang menyilang atau di area penjaga gawang depan menggunakan tangan, badan, kaki ataupun bagian dari badan.

Permainan futsal tidak hanya menguasai teknik dasar saja tetapi juga diperlukan kondisi fisik yang baik dalam melakukannya. Kondisi fisik adalah satu kesatuan utuh dari komponen-komponen yang tidak dapat dipisahkan begitu saja baik peningkatan maupun pemeliharaannya. Kondisi fisik merupakan suatu persyaratan yang harus dimiliki oleh seorang atlet di dalam meningkatkan dan mengembangkan prestasi olahraga yang optimal, sehingga segenap kondisi fisiknya harus dikembangkan dan ditingkatkan sesuai dengan ciri, karakteristik, dan kebutuhan masing-masing cabang olahraga (Los, 2021). Olahraga futsal merupakan olahraga yang mengerahkan kemampuan fisik yang tinggi dikarenakan gerakan-gerakannya sangat kompleks, sehingga menuntut kerja dari berbagai sistem yang terkait dengan fisik akan lebih berat (Daryanto et al., 2021).

Menurut (Sudarsono, 2011) Kondisi fisik memegang peranan yang sangat penting dalam program latihan. Program latihan kondisi fisik haruslah direncanakan dengan baik dan sistematis serta ditunjukkan untuk meningkatkan kesegaran jasmani dan kemampuan fungsional tubuh. Dengan demikian, fungsional dari sistem tubuh bekerja dengan baik dan dapat meningkatkan kondisi fisiknya. Jadi, sebelum masuk ke pertandingan, seorang atlet harus sudah berada dalam kondisi fisik dan tingkatan fitnes yang baik untuk menghadapi intesitas kerja dan segala macam stress yang bakal dihadapinya dalam petandingan.

METODE

Berdasar pada fenomena tersebut maka pada penelitian tersebut akan menggunakan penelitian kuantitatif komparatif. Menurut (Ramdhan, 2021) penelitian komparatif merupakan suatu penelitian yang memberikan perbandingan mengenai keberadaan suatu variabel tersebut dengan dua bahkan bisa lebih pada sampel yang mempunyai perbedaan atau waktu yang tidak sama. Deskriptif kuantitatif merupakan cara yang diterapkan pada suatu penelitian. dimana menggunakan metode kuantitatif membahas mengenai tingkat kemampuan Shooting pinalti. pengumpulan data diperoleh dari tes shooting 6 meter Tujuannya dalam melihat secara seksama kemampuan pemain dalam menendang bola kearah gawang (mencetak gol) berdasarkan kemampuan dan target para pemain. Alat yang akan dipakai pada penelitian ini yaitu: gawang futsal, bola futsal, lembaran skor, tali, kertas formulir, dan pencatat. Adapun yang menjadi adapun populasi yang akan diambil yaitu seluruh pemain tim futsal SMA Negeri 3 Bulukumba sedangkan sampel yang diambil berjumlah 20 orang. Hasil penelitian dituangkan dalam lima cakupan meliputi *(very high, high, medium, low and very low).*

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Analisis deskriptif dilakukan pada data kelompok eksperimen terhadap ketetapan shooting menggunakan kaki bagian dalam peserta ekstrakurikuler futsal SMP Negeri 2 Takalar menggunakan latihan target. Rangkuman hasil analisisnya tercantum pada tabel 1 di bawah ini.

Tabel 1 Rangkuman analisis deskriptif data

Statistik	Variabel	
	Pretest_ ketetapan shooting menggunakan kaki bagian dalam	Posttest_ ketetapan shooting menggunakan kaki bagian dalam
N	10	10
Mean	10.40	15.30
Median	9.00	15.00
Std.Deviasi	3.502	3.129
Range	10	8
Min	7	11
Max	17	19

Dari table 1 di atas, maka dapat dikemukakan gambaran data tiap variable sebagai berikut :

1. Untuk data pretest ketetapan shooting menggunakan kaki bagian dalam kelompok eksperimen, dari banyaknya sampel (N) sebanyak 10 diperoleh nilai rata-rata 10.40 poin, nilai tengah 9.00 poin, standar deviasi 3.502 poin, rentang 10 poin, nilai minimum 7 poin, nilai maksimum 17 poin.
2. Untuk data posttest ketetapan shooting menggunakan kaki bagian dalam kelompok eksperimen, dari banyaknya sampel (N) sebanyak 10 diperoleh nilai rata-rata 15.30 poin, nilai tengah 15.00 poin, standar deviasi 3.129 poin, rentang 8 poin, nilai minimum 11 poin, nilai maksimum 19 poin.

Uji Normalitas Data

Dari hasil uji normalitas yang dilakukan, diperoleh hasil sebagaimana terlampir. Data hasil pengujian normalitas data kelompok eksperimen dan control ketetapan shooting menggunakan kaki bagian dalam peserta ekstrakurikuler futsal SMP Negeri 2 Takalar di rangkuman dalam tabel 2 berikut ini :

Tabel 2 Hasil uji normalitas data

Variabel	N	Shapiro-Wilk	Sig.	A	Ket
Pretest_ ketetapan shooting menggunakan kaki bagian dalam	10	0.872	0.104	0,05	Normal
Posttest_ ketetapan shooting menggunakan kaki bagian dalam	10	0.894	0.189	0,05	Normal

Berdasarkan hasil uji normalitas data kelompok eksperimen yang diperoleh pada tabel 2 diatas maka dapat dikemukan sebagai berikut :

1. Untuk data pretest ketetapan shooting menggunakan kaki bagian dalam kelompok eksperimen dengan nilai Shapiro-Wilk sebesar 0.872 dan tingkat signifikan sebesar 0,104 lebih besar dari α 0,05 keterangan normal.
2. Untuk data posttest ketetapan shooting menggunakan kaki bagian dalam kelompok eksperimen diperoleh nilai Shapiro-Wilk sebesar 0,894 dan tingkat signifikan sebesar 0,189 lebih besar dari α 0,05 keterangan normal.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa data hasil belajar kelompok eksperimen berdistribusi normal.

Uji Homogenitas

Uji homogenitas bertujuan untuk mengetahui kesamaan variansi, atau untuk menguji bahwa data yang diperoleh berasal dari populasi yang homogen. Uji homogenitas dilakukan pada dua kelompok eksperimen dan control data yang hendak diuji beda. Uji homogenitas dalam penelitian ini menggunakan *Levene Statistik*. Kriteria pengambilan keputusan diterima apabila nilai p>0.05. Berikut hasil uji homogenitas yang diperoleh.

Tabel 3. Tabel Uji Homogenitas

Variabel	*Levene Statistic*	Sig.	Keterangan
Kelompok_eksperimen	0.184	0.673	Homogen

Berdasarkan tabel 3 diatas, hasil uji homogenitas menunjukkan bahwa nilai kelompok eksperimen *signifikansi* atau nilai *probability* (*p*) yang diperoleh lebih besar dari 0,673 (*p*) >0,05. Dengan demikian maka dapat disimpulkan bahwa varians data dalam penelitian ini adalah homogen. Artimya analisis data dapat dilanjutkan dengan statistic parametric.

Uji Lineritas

Berdasarkan hasil uji lineritas dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4. Uji Lineritas

Variabel	**lineritas**	**Keterangan**
pretest-postest	0.088	Terdapat hubungan linear

Berdasarkan tabel 4 di atas terlihat bahwa hasil perhitungan uji linearitas, diperoleh semua nilai (P > 0.05) maka H0 ditolak dan H1 diterima, berarti ada hubungan yang linear

Uji Hipotesis

Ada pengaruh latihan target terhadap ketetapan shooting menggunakan kaki bagian dalam peserta ekstrakurikuler futsal SMP Negeri 2 Takalar.

Apabila hasil analisis menunjukkan perbedaan yang signifikan ketetapan shooting menggunakan kaki bagian dalam dengan menggunakan pengaruh latihan target dalam peserta ekstrakurikuler futsal SMP Negeri 2 Takalar. Berdasarkan hasil analisis diperoleh data sebagai berikut:

Tabel 5. Hasil Uji t

Variabel	*Mean*	t hitung	Df	Sig.	Ket
Pretest	10.40				
Posttest	15.30	5.861	9	0,000	Signifikan

Berdasarkan tabel 5 diatas, diperoleh nilai t hitung 5.861 dengan nilai signifikansi 0,000. Ternyata nilai signifikan yang diperoleh 0,000 lebih kecil dari 0,05. Dapat disimpulkan bahwa Ha diterima dan Ho ditolak. Dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima, artinya ada pengaruh latihan target terhadap ketetapan shooting menggunakan kaki bagian dalam peserta ekstrakurikuler futsal SMP Negeri 2 Takalar.

Selanjutnya ada perbedaan pengaruh latihan target terhadap ketetapan shooting

menggunakan kaki bagian dalam peserta ekstrakurikuler futsal SMP Negeri 2 Takalar pada kelompok eksperimen. Apabila hasil analisis menunjukkan perbedaan yang signifikan maka latihan target memberikan pengaruh terhadap ketetapan shooting menggunakan kaki bagian dalam peserta ekstrakurikuler futsal SMP Negeri 2 Takalar.

Pembahasan

Berdasarkan hasil pengujian dari semua hipotesis yang telah dilakukan pada bagian pengujian hipotesis, maka dapat dinyatakan bahwa: Ada pengaruh latihan target terhadap ketetapan shooting menggunakan kaki bagian dalam peserta ekstrakurikuler futsal SMP Negeri 2 Takalar. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa diperoleh nilai t hitung 5.861 dengan nilai signifikansi 0,000. Ternyata nilai signifikan yang diperoleh 0,000 lebih kecil dari 0,05. Dapat disimpulkan bahwa Ha diterima dan Ho ditolak. Dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima, artinya ada pengaruh latihan target terhadap ketetapan shooting menggunakan kaki bagian dalam peserta ekstrakurikuler futsal SMP Negeri 2 Takalar

Hasil pengujian hipotesis diterima artinya ada pengaruh latihan target terhadap ketetapan shooting menggunakan kaki bagian dalam peserta ekstrakurikuler futsal SMP Negeri 2 Takalar karena setelah mendapat perlakuan (kelompok eksperimen) yang difokuskan pada latihan ketepatan shooting pada kaki bagian dalam pemain lebih menjadi termotivasi untuk mengenai sasaran yang disediakan. Sehingga terbukti hasil *posttest* meningkat secara signifikan. Sementara hasil kelompok kontrol tidak signifikan. Hal ini disebabkan jenis penelitian ini merupakan eksperimen semu, artinya peneliti tidak dapat memantau secara penuh kegiatan siswa di luar jadwal mengajar/treatment yang diberikan peneliti. Dimungkinkan bagi siswa yang meningkat drastis hasil belajarnya karena siswa tersebut juga tetap latihan di luar jadwal pelajaran/treatment yang diberikan peneliti. Sedangkan bagi anak yang kemampuannya justru menurun dimungkinkan anak tersebut tidak mengikuti latihan secara serius, dan juga ada atlet yang sakit pada saat pengambilan data *posttest* sehingga hasil tidak maksimal.

Kesimpulan ini diperkuat oleh (Habitullah, 2019) Berdasarkan pengujian hasil hipotesis diterima, yaitu ada pengaruh dari permainan target terhadap ketepatan shooting pada permainan futsal. Karena setelah mendapatkan perlakuan pada latihan shooting menggunakan metode permainan target. Dengan metode ini pemain menjadi lebih terfokuskan untuk mengenai sasaran. Terbukti hasil posttest kelompok eksperimen meningkat secara signifikan, sementara hasil posttest kelompok kontrol tidak signifikan. Hal ini sesuai dengan pemaparan dari (Nitisastro, 2016) dengan penggunaan metode target ini pemain akan lebih termotivasi untuk mencetak sebuah gol dan memiliki ketepatan shooting yang baik. Berdasarkan pengujian hipotesis hasil perhitungan diperoleh bahwa nilai signifikansi kelompok eksperimen nilai t hitung sebesar -7.224 dengan nilai 0,000 < 0,05 maka kelompok eksperimen memiliki pengaruh yang signifikan, sementara nilai signifikansi kelompok kontrol nilai t hitung nilai 1.000 p = 0.343 > 0.05, maka kelompok kontrol tidak ada pengaruh yang signifikan. Sehingga hipotesis kerja berbunyi, "Adanya pengaruh yang signifikan dari metode latihan target terhadap peningkatan ketepatan shooting pada permainan futsal" diterima, kemudian hipotesis nol kelompok kontrol bahwa "tidak adanya pengaruh yang signifikan dari model latihan konfensioanl dalam meningkatkan ketepatan shooting" tidak diterima.

Analisa gerak menendang dengan kaki bagian dalam adalah sebagai berikut:

a. Sikap Awal

Mendekati bola dari belakang pada sudut yang tipis kemudian meletakkan salah satu

kaki untuk menahan keseimbangan disamping bola. Mengarahkan kaki ke target, Lutut kaki agak ditekuk, Bahu dan pinggung lurus dengan target kemudian menarik kaki yang akan menendang, Meluruskan dan menguatkan kaki bagian dalam, Lutut kaki berada di atas bola, Tangan direntangkan untuk menjaga keseimbangan, Kepala tidak bergerak dan Fokus perhatian pada bola

b. Pelaksanaan

Pada pelaksanaan Berat badan dipindahkan kedepan kemudian kaki yang akan menendang disentakkan dengan kuat, Kaki tetap lurus dan Menendang bagian tengah bola dengan kaki bagian dalam

c. sikap Akhir

Melanjutkan gerak searah dengan bola, Berat badan pada kaki yang menahan keseimbangan , Gerakan akhir kaki sejejardengan dada dan Badan berdiri rilek dan kembali kesikap awal

Komponen Biomekanika Ada Moment Kejadian Anggota Tubuh Analisis yaitu Forces/gaya yang di gunakan Saat menendang bola Tungkai, kaki Proses dari saat awalan, menendang bola, gerak lanjutan, *Vector*/arah gaya Gerakan menendang Tungkai, kaki Arah gaya yang terjadi searah dengan arah ayunan tungkai, Internal Forces/tenaga dari dalam Ayunan tungkai kaki Menendang bola yang tadinya diam kemudian bergerak lurus searang ayunan tungkai, /gaya tekan Tumbukan kaki dengan bola Kaki Saat tumbukan kaki degan bola hingga gerakan lanjutan. Menendang bola merupakan salah satu teknik dasar yang penting dalam permainan futsal. Untuk memperoleh kemenangan dalam suatu pertandingan merupakan Prinsip dasar permainan futsal, segala kemampuan baik fisik, teknik, maupun taktik dan strategi dikerahkan dalam usaha untuk mencetak gol sebanyak-banyaknya ke gawang lawan, dan mencegah gawangnya sendiri kemasukan gol

Komponen Biomekanika Ada Moment kejadian Anggota tubuh/letak Analisis yaitu: Linear Motion/gerak lurus, Rectilinear Translation/gerak lurus beraturan, Curvilinear Translation/gerak kurva Ayunan tungkai Pinggang Gerakan mengayunkan tungkai dari awalan hingga gerakan lanjutan, Angular Motion/gerak melingkar Ayunan tungkai Pinggang Gerakan mengayunkan tungkai dari awalan hingga gerakan lanjutan, General Motion/gerak secara umum Semua rangkaian gerakan passing Pinggang, tungkai, lutut, engkel, kaki Secara keseluruhan gerakan passing mulai dari awal sampai akhir. position/posisi,Posisi awalan, posisi menendang bola, posisi setelah menendang bola, Pinggang, tungkai, lutut, engkel, kaki Posisi diam, awalan berlari, ayunan tungkai, menendang bola, gerakan lanjutan kemudian distance Traveled/jarak perubahan, Dari posisi diam sampai gerakan lanjutan Pinggang, tungkai, lutut, engkel, kaki Perubahan jarak terjadi mulai dari posisi awalan sampai gerakan lanjutan, Displacement, Dari posisi siap sampai menendang bola Pinggang, tungkai, lutut, engkel, kaki Posisi siap dilanjutkan gerakan passing dan diakhiri dengan gerakan lanjutan, Resultante Displacement/perubahan posisi diam di tempat sampai melangkahkan kaki kedepan Tungkai, kaki Sikap berdiri dalam posisi diam di tempat, kemudian berlari sambil mengayunkan tungkai untuk menendang bola hingga terjadi perubahan posisi dari diam menjadi berubah karena ada ayunan dan langkah kaki ke depan kemudian Speed/kecepatan Laju bola Tungkai, kaki Terjadi kecepatan bergeraknya bola setelah di tendang sampai diterima oleh rekan satu tim, *Velocity*/percepatan. Bergeraknya bola yang masih diam di lapangan sampai di tendang

dengan kaki Tungkai, kaki Bola yang masih diam di lapangan bergerak ke depan karena di tendang, kemudian terjadi percepatan ketika bola mendapat benturan dari kaki.

SIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan dari hasil penelitian sebagai tujuan akhir dari penelitian yang didapatkan berdasarkan data hasil penelitian. Dari kesimpulan penelitian ini, maka akan dikemukakan rekomendasi berupa saran-saran bagi penerapan dan pengembangan hasil penelitian. Ada pengaruh yang signifikan latihan target terhadap ketetapan shooting menggunakan kaki bagian dalam peserta ekstrakurikuler futsal SMP Negeri 2 Takalar.

DAFTAR RUJUKAN

Abdurahman, A. (2018). Perbandingan Tendangan Dengan Ujung Kaki Dan Tendangan Dengan Punggung Kaki Terhadap Kecepatan dan Ketepatan Shooting 10M Cabang Olahraga Futsal Universitas Pendidikan Indonesia. *Journal of Sport Science*, 1–28.

Adi Surya, H., Kristiyanto, A., & Purnama, S. K. (2019). Peningkaasastan Keterampilan Teknik Dasar Futsal Melalui Penggunaan Media Video pada Mahasiswa Putra Penghobi Futsal. *Prosiding Seminar Nasional IPTEK Olahragasasasasasasa (SENALOG)*, *2*(1), 21–24.

Badaru, B. (2017a). *Kirim Bahan Ajar Futsal.Pdf* (pp. 1–116).

Badaru, B. (2017b). *Latihan Taktik Beyb Bermain Futsal Modern*. Bekasi: Cakrawala Cendekia.

Daryanto, Z. P., Or, M., Sugiharto, M. S., Hartono, M., & Rahayu, S. (2021). *ALAT PELONTAR BOLA FUTSAL ZPD UNTUK KETERAMPILAN TEKNIK PERMAINAN FUTSAL*. Ahlimedia Book.

Guanabara, E., Ltda, K., Guanabara, E., & Ltda, K. (2020). *Modul Mata Kuliah Futsal*.

Habitullah, A. S. G. (2019). *Pengaruh Metode Latihan Target Terhadap Peningkatan Hasil Ketepatan Shooting Pada Permainan Futsal*. Universitas Pendidikan Indonesia.

Lhaksana, J. (2011). *Taktik & Strategi futsal modern*. Be Champion.

Los, U. M. D. E. C. D. E. (2021). *Alat Pelontar Bola Futsal ZPD untuk Ketreampilan Teknik Permainan Futsal*.

Ramdhan, M. (2021). *Metode penelitian*. Cipta Media Nusantara.

Subarno, L., & Wibowo, R. J. (2015). Perbandingan Latihan Speed Play Dan Latihan Circuit Training Terhadap Kecepatan Lari Sprint 100 Meter Di Sman 4 Tambun Selatan. *Motion: Jurnal Riset Physical Education*, *6*(1), 69–79.

Sudarsono, S. (2011). Penyusunan program pelatihan berbeban untuk meningkatkan kekuatan.

Jurnal Ilmiah SPIRIT, 11(3).

Toha, M. (2020). Analisis Keterampilan Dribbling Permainan Futsal Pada Remaja Putus Sekolah Di Desa Suka Maju Bengkulu Utara. *Educative Sportive*, *1*(01), 6–12. https://doi.org/10.33258/edusport.v1i01.1062

Wardana, J. E. I. (2017). *Pengaruh latihan permainan target terhadap ketepatan Shooting menggunakan kaki bagian dalam pemain futsal SFC Planet Sleman*.