



## SURVEI HASIL KETEPATAN TENDANGAN PENALTI ATAS DASAR PENGGUNAAN *POWER* TINGGI, SEDANG DAN RENDAH PADA PEMAIN PS. GUNUNGWUNGKAL KECAMATAN GUNUNGWUNGKAL KABUPATEN PATI

Agus Rahmanto , Sutardji, Musyafari Waluyo

Jurusan Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang, Indonesia

### Info Artikel

*Sejarah Artikel:*  
Diterima Oktober 2013  
Disetujui November 2013  
Dipublikasikan  
Desember 2013

*Keywords:*  
*Penalty Kick; Power Legs  
High; Medium Low ;*

### Abstrak

Menendang bola merupakan teknik dasar yang harus dan mutlak dikuasai oleh seorang pemain sepakbola. Agar memiliki ketepatan yang tinggi dalam pelaksanaan tendangan penalti, penendang harus memerhatikan arah angin, rotasi, dan kecepatan bola. Berdasarkan hal tersebut peneliti tertarik melakukan kajian permasalahan tentang perbedaan hasil ketepatan dalam tendangan penalti atas dasar penggunaan *power* tinggi, sedang dan rendah. Penelitian dengan menggunakan populasi pemain PS. Gunungwungkal Kecamatan Gunungwungkal Kabupaten Pati memperoleh hasil adanya hubungan penggunaan *power* tungkai tinggi, sedang maupun rendah dengan hasil ketepatan tendangan penalti, dan penggunaan *power* tungkai tinggi, sedang, dan rendah memberikan hasil ketepatan tendangan penalti yang berbeda.

### Abstract

*Kicking the ball is a basic technique that must and absolutely controlled by a football player. In order to have high accuracy in the execution of a penalty kick, the kicker should be noticed that the direction of the wind, rotation, and speed of the ball. Based on the researchers are interested in reviewing the issue of differences in accuracy results in a penalty on the basis of the use of high power, medium and low. Population studies using Players Association Football. Gunungwungkal Gunungwungkal Sub District Pati obtain a connection using the power leg high, medium or low with accuracy the results of a penalty, and the use of leg power high, medium, and low accuracy results of different penalty kick.*

© 2013 Universitas Negeri Semarang

 Alamat korespondensi:  
Gedung F1 Lantai 3 FIK Unnes  
Kampus Sekaran, Gunungpati, Semarang, 50229  
E-mail: Agusrahmanto12@yahoo.co.id

ISSN 2252-6528

## PENDAHULUAN

Pencapaian prestasi olahraga merupakan usaha yang betul-betul diperhatikan secara matang melalui proses pembinaan dan pembibitan usia dini. Peningkatan prestasi olahraga juga tidak lepas dari peranan pendekatan ilmiah. Berkaitan dengan dengan pencapaian prestasi olahraga, M. Sajoto (1995:2) mengatakan bahwa apabila seseorang ingin mencapai prestasi yang optimal perlu memiliki empat macam kelengkapan yang meliputi: 1). Pengembangan Fisik, 2). Pengembangan Teknik, 3). Pengembangan Mental, 4).

Keempat kelengkapan pokok tersebut yang paling fundamental sebagai dasar bermain sepakbola adalah teknik dasar yang lebih dahulu perlu dibina sebelum kelengkapan pokok yang lain (Sukatamsi,1984:1). Berbagai teknik dasar sepakbola terdiri dari : a) menendang bola (*kicking the ball*), b) menerima bola (*receiving the ball*), c) menyundul bola (*heading*) d) menggiring bola (*dribbling*), e) gerakan tipu dengan bola (*feinting*), f) mentekel (*tackling*) g) lemparan ke dalam (*throw-in*), dan f) teknik penjaga gawang (*the technique of goal keeping*) (Sukatamsi, 1984:17).

Dungworth (2003:3), menyatakan bahwa hampir separuh dari semua gol dalam permainan sepakbola tercipta dari tendangan bola-bola mati baik dari tendangan bebas, tendangan sudut, ataupun tendangan penalti. Dari berbagai jenis tendangan bola mati yang memiliki peluang menghasilkan gol paling besar adalah tendangan penalti.

Agar berhasil, penendang penalti harus memerhatikan arah angin, rotasi, dan kecepatan bola. Bola yang berotasi terlalu cepat dapat menimbulkan efek magnus dan turbulensi udara yang akan menyimpangkan bola. Menurut penelitian, tendangan yang paling efektif adalah tendangan dengan kekuatan 75 persen sampai 80 persen dari kekuatan maksimum (kecepatan bola sekitar 80 km/jam).

Berdasarkan teori di atas dapat disimpulkan bahwa prestasi sepakbola dalam tendangan penalti seseorang dipengaruhi oleh faktor kekuatan, akurasi dan mental. Oleh

karena itu menarik penulis untuk meneliti: Survei Hasil Tendangan Penalti Atas Dasar Penggunaan *Power* tinggi, Sedang dan Rendah pada Pemain PS. Gunungwungkal Kecamatan Gunungwungkal Kabupaten Pati.

Sepakbola merupakan olahraga permainan yang terdiri dari dua regu yang beranggotakan masing-masing sebelas pemain. Setiap regu berusaha ciptakan gol ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dan pertahankan gawangnya untuk tidak kemasukan gol. Regu yang paling banyak ciptakan gol ke gawang lawan dinyatakan sebagai pemenangnya (Sucipto, dkk., 2000:7).

Teknik-teknik dasar dalam permainan sepakbola adalah diantaranya adalah teknik tanpa bola yaitu semua gerakan-gerakan tanpa bola yang meliputi : lari cepat mengubah arah, melompat atau meloncat, gerak tipu dengan badan, gerakan khusus penjaga gawang serta teknik dengan bola terdiri dari: menendang bola, menerima bola, menggiring bola, menyundul bola, gerak tipu dengan bola dan merampas bola.

Tendangan bola merupakan suatu usaha pemindahan bola dari suatu tempat ke tempat lain dengan penggunaan kaki atau bagian kaki dan dapat dilakukan dalam keadaan bola diam, digelindingkan maupun dilayangkan diudara (A.Sarumpaet, 1992:20).

Dari berbagai jenis tendangan dalam sepakbola, penguasaan tendangan penalti yang baik perlu dimiliki oleh setiap pemain. Menurut Dungworth (2003:3) hampir separuh dari semua gol dalam permainan sepakbola tercipta dari tendangan bola-bola mati baik dari tendangan bebas, tendangan sudut, ataupun tendangan penalti. Dari berbagai jenis tendangan bola mati yang memiliki peluang menghasilkan gol paling besar adalah tendangan penalti.

Agar berhasil, penendang penalti harus memerhatikan arah angin, rotasi dan kecepatan bola. Bola yang berotasi terlalu cepat dapat menimbulkan efek magnus dan turbulensi udara yang akan menyimpangkan bola. Menurut penelitian, tendangan yang paling

efektif adalah tendangan dengan kekuatan 75 % sampai 80 % dari kekuatan maksimum (kecepatan bola sekitar 80 km/jam).

Berdasarkan hal tersebut di atas dapat diidentifikasi ada satu kondisi fisik yang berperan aktif dalam menunjang ketepatan tendangan penalti, yaitu *power* tungkai yang akan mempengaruhi kecepatan bola saat ditendang. *Power* adalah kemampuan kekuatan maksimal seseorang yang dikerahkan dalam waktu yang sependek-pendeknya (M. Sajoto, 1995:3). Harsono (1988:178) menjelaskan bahwa *power* adalah hasil dari kekuatan dan kecepatan.

Dalam melakukan tendangan penalti agar menghasilkan ketepatan yang tinggi maka kecepatan tendangan sebaiknya tidak maksimal (79.75% dan 92.74% dari kecepatan bola maksimal). Berdasarkan hal tersebut diduga penggunaan *power* tinggi, sedang dan rendah dalam akan berpengaruh terhadap hasil ketepatan tendangan penalti.

**METODE PENELITIAN**

Populasi dalam penelitian ini adalah pemain PS. Gunungwungkal Kecamatan Gunungwungkal Kabupaten Pati yang berjumlah 30 orang. Sampel dalam penelitian ini diambil dengan menggunakan teknik *purposif*

*sampling* atau pengambilan sampel atas dasar pertimbangan tertentu. Berdasarkan pertimbangan tersebut diambil sampel sebanyak 10 pemain.

Variabel yang dikaji dalam penelitian ini adalah: a) *Power* tinggi ( $X_1$ ), b) *Power* sedang ( $X_2$ ), c) *Power* rendah ( $X_3$ ) sebagai variable bebas dan hasil ketepatan tendangan penalti (Y) sebagai variabel terikat.

Metode pengumpulan data yang digunakan adalah metode tes dan pengukuran meliputi *power* tungkai menggunakan instrument kecepatan tendangan dan hasil ketepatan tendangan penalti menggunakan instrumen yang berbentuk sasaran lingkaran.

Analisis statistik yang digunakan untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini adalah analisis korelasi dan analisis varians (anava) satu jalan.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan analisis deskriptif terhadap data ketepatan tendangan penalti atas dasar penggunaan *power* tungkai tinggi, sedang dan rendah pada pemain PS. Gunungwungkal Kecamatan Gunungwungkal Kabupaten Pati menggunakan program Bantu SPSS for windows release 16 diperoleh hasil seperti disajikan pada table berikut:

**Tabel 1.** Deskripsi Data Hasil Ketepatan Tendangan Penalti Atas Dasar Penggunaan *Power* Tungkai Tinggi, Sedang dan Rendah

No.	Power Tungkai	N	Terendah	Tertinggi	Rata-rata	Standar Deviasi
1.	Tinggi	10	12	18	15	2.04
2.	Sedang	10	17	24	21	2.42
3.	Rendah	10	16	22	18	1.71

Sumber: Data Penelitian, 2012

Tabel 1. menunjukkan bahwa rata-rata ketepatan tendangan penalti menggunakan *power* tungkai tinggi pada pemain PS. Gunungwungkal Kecamatan Gunungwungkal Kabupaten Pati mencapai 15 dengan hasil tertinggi 18 terendah 12 dan standar deviasi 2,04, rata-rata ketepatan tendangan penalti

menggunakan *power* tungkai sedang pada pemain PS. Gunungwungkal Kecamatan Gunungwungkal Kabupaten Pati mencapai 21 dengan hasil tertinggi 24 terendah 17 dan standar deviasi 2,42 sedangkan rata-rata ketepatan tendangan penalti menggunakan *power* tungkai rendah pada pemain PS.

Gunungwungkal Kecamatan Gunungwungkal Kabupaten Pati mencapai 18 dengan hasil tertinggi 22 terendah 16 dan standar deviasi 1,71.

Berdasarkan hasil tersebut dapat dijelaskan bahwa ketepatan tendangan penalti

yang terbaik didapat dengan menggunakan *power* tungkai sedang, kemudian diikuti penggunaan *power* tungkai rendah dan penggunaan *power* tungkai tinggi.

**Tabel 2.** Hasil Uji Normalitas Data

No.	Sumber Data	<i>Kolmogorov Smirnov</i>	Signifikan	Kriteria
1.	<i>Power</i> Tungkai Tinggi	0.798	0.548	Normal
2.	<i>Power</i> Tungkai Sedang	0.654	0.786	Normal
3.	<i>Power</i> Tungkai Rendah	0.608	0.853	Normal

Sumber : Data Penelitian, 2012

Uji kenormalan data ketepatan tendangan penalti pada pemain PS. Gunungwungkal Kecamatan Gunungwungkal Kabupaten Pati yang menggunakan *power* tungkai tinggi memperoleh nilai *kolmogorov smirnov* 0,798 dengan signifikansi 0,548, yang menggunakan *power* tungkai sedang memperoleh nilai *kolmogorov smirnov* 0,654 dengan signifikansi 0,786, dan yang menggunakan *power* tungkai

rendah memperoleh nilai *kolmogorov smirnov* 0,608 dengan signifikansi 0,853. Karena ketiga data tersebut memiliki nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 menunjukkan bahwa data tendangan penalti atas dasar *power* tungkai tinggi, sedang dan rendah pada pemain PS. Gunungwungkal Kecamatan Gunungwungkal Kabupaten Pati berdistribusi normal.

**Tabel 3.** Koefisien Korelasi Penggunaan *Power* Tungkai Tinggi, Sedang dan Rendah dengan Ketepatan Tendangan Penalti

Variabel	$r_{xy}$	$r_{tabel}$	Kriteria
<i>Power</i> tungkai tinggi Ketepatan tendangan penalti	0,756	0,632	Signifikan
<i>Power</i> tungkai sedang Ketepatan tendangan penalti	0,824	0,632	Signifikan
<i>Power</i> tungkai rendah Ketepatan tendangan penalti	0,744	0,632	Signifikan

Sumber : Data Penelitian, 2012

Tabel 3 di atas menunjukkan bahwa: 1) Koefisien korelasi ( $r$ ) penggunaan *power* tungkai tinggi dengan ketepatan tendangan penalti sebesar 0,756. Pada  $\alpha = 5\%$  dengan  $N = 10$  diperoleh  $r_{tabel} = 0,632$ . Karena nilai  $r_{xy} = 0,756 > r_{tabel} = 0,632$ , maka dapat diputuskan ada hubungan yang signifikan penggunaan *power* tungkai tinggi dengan ketepatan tendangan penalti pada pemain PS. Gunungwungkal Kecamatan Gunungwungkal Kabupaten Pati. 2) Koefisien korelasi ( $r$ ) penggunaan *power* tungkai sedang dengan ketepatan tendangan penalti

sebesar 0,824. Pada  $\alpha = 5\%$  dengan  $N = 10$  diperoleh  $r_{tabel} = 0,632$ . Karena nilai  $r_{xy} = 0,824 > r_{tabel} = 0,632$ , maka dapat diputuskan ada hubungan yang signifikan penggunaan *power* tungkai sedang dengan ketepatan tendangan penalti pada pemain PS. Gunungwungkal Kecamatan Gunungwungkal Kabupaten Pati. 3) Koefisien korelasi ( $R$ ) penggunaan *power* tungkai rendah dengan ketepatan tendangan penalti sebesar 0,744. Pada  $\alpha = 5\%$  dengan  $N = 10$  diperoleh nilai  $r_{tabel} = 0,632$ . Karena nilai  $r_{xy} = 0,744 > r_{tabel} = 0,632$ , maka dapat diputuskan

ada hubungan yang signifikan penggunaan *power* tungkai rendah dengan ketepatan tendangan penalti pada pemain PS. Gunungwungkal Kecamatan Gunungwungkal Kabupaten Pati.

**Tabel 4.** Hasil Analisis Varians (Anava) Satu Jalan Data Ketepatan Tendangan Penalti Atas Dasar *Power* Tungkai Tinggi, Sedang dan Rendah

	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	163.267	2	81.633	18.855	.000
Within Groups	116.900	27	4.330		
Total	280.167	29			

Sumber : Data Penelitian, 2012

Tabel 4 di atas menunjukkan nilai  $F_{hitung} = 18,855$  dengan signifikansi  $0,000 < 0,05$ . Dengan demikian dapat diputuskan bahwa hipotesis kerja kedua ( $H_{a2}$ ) yang menyatakan: “Ada perbedaan hasil ketepatan tendangan penalti atas dasar penggunaan *power* tinggi, sedang dan rendah pada pemain PS. Gunungwungkal Kecamatan Gunungwungkal Kabupaten Pati”,.

Ditinjau dari mean ketepatan tendangan penalti masing-masing kelompok menunjukkan pada penggunaan *power* tungkai tinggi mencapai 15 penggunaan *power* tungkai sedang mencapai 21 dan penggunaan *power* tungkai rendah mencapai 18. Hasil ini menunjukkan ketepatan tendangan penalti yang paling baik dihasilkan oleh penggunaan *power* tungkai sedang, kemudian diikuti penggunaan *power* tungkai rendah dan *power* tungkai tinggi.

## SIMPULAN

Dari hasil Penelitian dan pembahasan maka peneliti dapat menarik kesimpulan sebagai berikut : Penggunaan *power* tungkai

tinggi, sedang dan rendah ada hubungan dengan hasil ketepatan tendangan penalti dan penggunaan *power* tungkai tinggi, sedang, dan rendah berbeda terhadap hasil ketepatan tendangan penalti.

## DAFTAR PUSTAKA

- A. Sarumpaet dkk, 1992. *Permainan Besar*. Semarang : Depdikbud
- Harsono, 1988. *Coaching dan Aspek-aspek Psikologis dalam Coaching*. Jakarta : Tomblok Kusuma.
- Sajoto, M. 1995. *Peningkatan dan Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Semarang: Dahar Prize
- Sucipto dkk, 2000. *Sepakbola*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan
- Sudjana, 1992. *Metode Statistika*. Bandung: Tarsito.
- Suharsimi, Arikunto, 2006. *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sukatamsi, 1984. *Teknik Dasar Bermain Sepakbola*. Surakarta: Tiga Serangkai
- Sutrisno Hadi, 1996. *Metodologi Research Jilid I*. Yogyakarta :Yayasan Fakultas UGM.
- \_\_\_\_\_, 1998. *Statistik Jilid 2*. Yogyakarta: Andi Offset
- Tri Septa Agung Pamungkas, 2008. *Kamus Besar Sepakbola*. Malang : DIOMA