Educative Sportive - EduSport,
2025: 6(2), 161-164
Jalan Meranti Raya Nomor 32 Sawah Lebar,
Kota Bengkulu
e-ISSN 2723-4134

Analisis Tingkat Keterampilan Shooting Futsal Di Ekstrakurikuler SMPN 12 Kota Bengkulu

Prasetio Alfa Rido [1], Rafles Ramadan [2], Roberto Wilson [3], David Andriyan Dino [4], Edri Alfarizi [5], Supriyanto [6]

Affiliation:
Program Studi Pendidikan Jasmani, Universitas Dehasen Bengkulu

Corresponding Author:
Prasetioalfarido45@gmail.com

Abstract
This study aims to analyze and describe the futsal shooting skill levels of students in the extracurricular program at SMPN 12 Bengkulu City. This was a descriptive quantitative study using a survey method. The population and sample consisted of all 30 active futsal extracurricular students, selected using total sampling. The research instrument utilized a futsal shooting skill test with 10 attempts (5 with the right foot and 5 with the left foot). The data were analyzed using descriptive percentage statistics. The results indicated that the majority of students' shooting skills fell into the "Medium" category at 40% (12 students). Meanwhile, the "Good" category was 23.3% (7 students), "Poor" was 20% (6 students), "Very Good" was 10% (3 students), and "Very Poor" was 6.7% (2 students). On average, the students achieved a score of 5.20 or 52%. The study concludes that the shooting skills of futsal extracurricular students at SMPN 12 Bengkulu City are at an intermediate level, with the main obstacles being the inefficiency of follow-through movements, body balance, and the disparity in non-dominant foot usage. Coaches are advised to optimize mechanical drill exercises and balanced usage of both feet to improve the accuracy and power of the students' shots.
Keywords: *Analysis, Shooting Skills, Futsal, Extracurricular.*

Pendahuluan

Futsal merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang sangat populer di Indonesia, terutama di kalangan pelajar. Berbeda dengan sepak bola konvensional, futsal menuntut intensitas gerak yang lebih tinggi, pengambilan keputusan yang cepat, serta akurasi teknis yang mumpuni dalam ruang gerak yang terbatas. Salah satu teknik dasar yang menjadi penentu kemenangan dalam pertandingan futsal adalah *shooting* (menembak). *Shooting* bukan sekadar upaya memukul bola ke arah gawang, melainkan hasil dari koordinasi mekanik yang kompleks antara kekuatan otot tungkai, ketepatan posisi tubuh, dan ketenangan mental pemain saat berada di bawah tekanan lawan.

Menurut Kurniawan (2022) dalam kajian biomekanika olahraga, *shooting* dalam futsal memerlukan efisiensi gerak agar energi yang dihasilkan dari dorongan kaki mampu ditransfer secara maksimal ke bola. Kesalahan kecil pada posisi kaki tumpu atau perkenaan bola dapat mengakibatkan arah bola tidak akurat atau kehilangan tenaga dorong. Penelitian dari Pratama et al. (2020) juga menekankan bahwa pada usia remaja, penguasaan *shooting* yang efektif sering kali terhambat oleh kurangnya konsistensi dalam *follow-through* (gerakan lanjutan), yang menyebabkan siswa kesulitan mengarahkan bola ke sudut-sudut gawang yang sulit dijangkau kiper.

Pentingnya evaluasi teknis pada tingkat pembinaan sekolah menengah disoroti oleh Subekti (2023), yang menyatakan bahwa analisis terhadap keterampilan dasar olahraga melalui survei atau tes terukur adalah langkah awal yang krusial bagi pelatih untuk memetakan kelemahan atlet sebelum menyusun program latihan yang progresif. Tanpa adanya data analisis yang akurat, pengembangan bakat siswa dalam kegiatan ekstrakurikuler cenderung berjalan tanpa target yang terukur.

Fenomena yang teramati di lapangan pada ekstrakurikuler futsal SMPN 12 Kota Bengkulu menunjukkan bahwa banyak siswa masih mengalami kesulitan dalam mengeksekusi *shooting* secara efektif. Hasil observasi awal menunjukkan bahwa siswa cenderung hanya mengandalkan kekuatan

tenaga (power) tanpa dibarengi dengan akurasi arah bola. Banyak tembakan yang melambung jauh di atas mistar atau justru terlalu lemah sehingga mudah diantisipasi oleh penjaga gawang. Ketidakmampuan ini sering kali dipicu oleh teknik perkenaan kaki yang tidak tepat serta kurangnya pemahaman mengenai teknik dasar yang benar.

Hingga saat ini, belum ada data kuantitatif yang memetakan sejauh mana tingkat keterampilan *shooting* siswa di sekolah tersebut. Mengingat urgensi teknik *shooting* dalam menentukan hasil akhir sebuah pertandingan futsal, peneliti merasa perlu untuk melakukan penelitian mendalam.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif kuantitatif dengan metode survei. Metode ini dipilih untuk memberikan gambaran faktual dan objektif mengenai tingkat keterampilan shooting siswa tanpa memberikan intervensi atau perlakuan khusus.

Hasil Penelitian

Hasil tes keterampilan shooting yang dilakukan terhadap 30 siswa ekstrakurikuler futsal SMPN 12 Kota Bengkulu, diperoleh data yang kemudian dikonversikan ke dalam distribusi frekuensi sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Keterampilan Shooting

No.	Interval	Frekuensi	Kategori
1	81-100%	3	Sangat Baik
2	61-80%	7	Baik
3	41-60%	12	Sedang
4	21-40%	6	Kurang
5	0-20%	2	Sangat Kurang
Total		30	

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat keterampilan *shooting* siswa ekstrakurikuler futsal di SMPN 12 Kota Bengkulu memiliki sebaran yang cukup bervariasi dengan nilai rata-rata 5,20 (52%). Berikut adalah jabaran mendalam berdasarkan kategori yang diperoleh:

1. **Kategori Sangat Baik (10%) & Baik (23,3%)**

   Kelompok ini mencakup 10 siswa yang menunjukkan penguasaan teknik dasar yang matang. Mereka memiliki kemampuan untuk mengunci pergelangan kaki (*ankle lock*) dengan benar, posisi kaki tumpu yang tepat di samping bola, serta koordinasi mata-kaki yang baik. Siswa dalam kategori ini mampu menembakkan bola dengan tenaga yang terukur dan mengarahkannya ke sudut gawang yang sulit dijangkau. Keberhasilan mereka didukung oleh jam terbang yang lebih tinggi dalam mengikuti latihan rutin.
2. Kategori Sedang (40%)

   Ini adalah kelompok mayoritas. Siswa dalam kategori ini telah memahami tahapan teknik *shooting*, namun efisiensi geraknya belum maksimal. Kesalahan umum yang ditemukan antara lain:
   - Gerakan Lanjutan (*Follow-Through*) yang Terputus: Siswa cenderung menghentikan ayunan kaki tepat setelah menyentuh bola, yang menyebabkan bola meluncur dengan kecepatan rendah atau kurang akurat.
   - Kurangnya Kontrol Arah: Sering terjadi saat siswa diinstruksikan menembak ke arah target tertentu, bola justru melenceng karena posisi badan yang terlalu condong ke belakang saat menyentuh bola.
3. Kategori Kurang (20%) & Sangat Kurang (6,7%)

   Kelompok ini mencakup 8 siswa yang masih menghadapi kendala mendasar. Jabaran analisisnya adalah:
   - Kelemahan Kaki Non-Dominan: Saat diminta menggunakan kaki kiri (bagi siswa dominan kanan), siswa tampak sangat canggung. Koordinasi langkah kaki seringkali berantakan, dan perkenaan bola sering meleset dari titik ideal (bukan pada *instep* atau kaki bagian dalam), melainkan pada ujung jari kaki (*toe-punting*), yang mengakibatkan bola menjadi liar dan tidak terarah.
   - Ketidakstabilan Tubuh: Siswa terlihat tidak stabil saat hendak melakukan tembakan, terutama saat harus menembak dalam posisi bergerak atau menerima umpan. Hal ini menunjukkan bahwa keseimbangan tubuh (*body*

balance) siswa masih perlu ditingkatkan melalui latihan penguatan otot inti (*core*).

Pembahasan

Hasil analisis menunjukkan bahwa tingkat keterampilan *shooting* siswa ekstrakurikuler futsal SMPN 12 Kota Bengkulu berada pada tingkat menengah. Berikut adalah poin-poin pembahasan utama:

1. Dominasi Kategori Sedang: Persentase terbesar pada kategori sedang (40%) menunjukkan bahwa siswa secara dasar memahami posisi tubuh saat akan menembak, namun belum konsisten dalam mengeksekusi teknik yang efisien di bawah tekanan.
2. Analisis Teknikal: Hasil observasi menunjukkan bahwa kendala utama siswa terletak pada perkenaan bola (*ball contact*) dan gerakan lanjutan (*follow-through*). Banyak siswa yang gagal mengarahkan bola ke sudut gawang karena posisi pergelangan kaki tidak terkunci dengan benar saat menyentuh bola. Sejalan dengan pendapat Kurniawan (2022), kurangnya *follow-through* membuat bola cenderung tidak memiliki lintasan yang stabil dan akurat.
3. Ketimpangan Kaki Dominan: Penelitian ini juga mencatat adanya kesenjangan yang signifikan antara *shooting* menggunakan kaki dominan (kanan) dibandingkan dengan kaki non-dominan (kiri). Mayoritas siswa mengalami penurunan akurasi hingga 50% ketika harus menembak menggunakan kaki kiri. Hal ini mengindikasikan bahwa latihan yang diberikan selama ini belum cukup menekankan pada keseimbangan penggunaan kedua kaki (*bilateral training*).
4. Implikasi Latihan: Untuk meningkatkan performa, pelatih di SMPN 12 Kota Bengkulu perlu merancang program latihan yang fokus pada *repetisi mekanik*. Latihan tidak boleh hanya berorientasi pada mencetak gol, tetapi pada akurasi sasaran (seperti menargetkan zona-zona tertentu di gawang) untuk membangun *muscle memory* yang benar.

Secara keseluruhan, meskipun sudah terdapat siswa yang mencapai kategori "Sangat Baik", proporsi 26,7% siswa yang berada di kategori "Kurang" dan "Sangat Kurang" menjadi catatan penting bagi evaluasi program ekstrakurikuler agar dapat memberikan porsi latihan dasar yang lebih intensif bagi siswa pemula.

Kesimpulan

Hasil analisis data terhadap 30 siswa ekstrakurikuler futsal di SMPN 12 Kota Bengkulu, dapat disimpulkan bahwa tingkat keterampilan *shooting* siswa secara kolektif berada pada kategori Sedang, dengan nilai rata-rata 5,20 atau 52% dari skor maksimal.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kendala utama siswa terletak pada efisiensi gerakan lanjutan (*follow-through*), ketidakstabilan posisi tubuh saat menembak, serta adanya kesenjangan kemampuan yang signifikan antara kaki dominan dan kaki non-dominan. Meskipun mayoritas siswa telah memahami langkah teknis *shooting*, konsistensi dalam mengarahkan bola ke sasaran (akurasi) dan penggunaan kedua kaki secara seimbang masih menjadi tantangan yang perlu dibenahi.

Daftar Pustaka

Kurniawan, F. (2022). *Biomekanika Olahraga: Analisis Gerak pada Cabang Olahraga Pilihan*. Bandung: Alfabeta.

Nurhasan, N. (2018). *Tes dan Pengukuran dalam Pendidikan Jasmani: Prinsip-Prinsip dan Penerapannya*. Jakarta: Direktorat Jenderal Olahraga.

Pratama, A., Santoso, E., & Wijaya, H. (2020). Analisis Koordinasi Motorik dalam Teknik Dasar Futsal pada Siswa Sekolah Menengah. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 3(1), 15-22.

Subekti, A. (2023). Pentingnya Evaluasi Diagnostik dalam Pembinaan Olahraga Ekstrakurikuler di Sekolah. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Kepelatihan*, 10(2), 201-209.

Suharno, H. P. (2017). *Ilmu Kepelatihan Futsal*. Yogyakarta: FIK Universitas Negeri Yogyakarta.

Wahyudi, A. (2021). *Metodologi Penelitian Olahraga*. Bengkulu: Universitas Bengkulu Press.

Yusuf, M., & Bengkulu, A. (2024). Evaluasi Kondisi Fisik dan Teknik Dasar Siswa Ekstrakurikuler di Kota Bengkulu. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 8(1), 44-53.