PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN SHOOTING MENGGUNAKAN MODIFIKASI GAWANG SEGI TIGA DAN GAWANG SEGI EMPAT TERHADAP AKURASI TENDANGAN B0LA DITINJAU DARI KOORDINASI MATA KAKI

STUDY EKSPERIMEN PADA PERMAINAN SEPAKBOLA MINI SISWA PUTRA SEKOLAH DASAR NEGERI SEKECAMATAN NGETOS KABUPATEN NGANJUK TAHUN PELAJARAN 2015/2016

TESIS PENELITIAN

Diajukan

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Mencapai Derajat Magister Keguruan Olahraga

Oleh:

KASMANI

NIM. 14.0.06.01.0002

PROGRAM PASCA SARJANA MAGISTER KEGURUAN OLAHRAGA

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI

KEDIRI

2016

PENGESAHAN TESIS

PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN SHOOTING MENGGUNAKAN MODIFIKASI GAWANG SEGI TIGA DAN GAWANG SEGI EMPAT TERHADAP AKURASI TENDANGAN B0LA DITINJAU DARI KOORDINASI MATA KAKI

Studi Eksperimen Pada Permainan Sepakbola Mini Siswa Putra Sekolah Dasar Negeri Sekecamatan Ngetos Nganjuk Tahun Pelajaran 2015/2016

Disusun oleh:

KASMANI

NIM : 14.0.06.01.0002

Telah disetujui oleh Tim Pembimbing

Dewan Pembimbing :

Jabatan	Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Pembimbing I.	Prof. DR. Muchsin Doewes, dr. MARS NIP. 19480531 197603 1 001	.....	16-7-2016
Pembimbing II	Dr. Hj. Sri Panca Setyawati, M.Pd NIDN. 716046202	.....	1-8-2016

Mengetahui

Ketua Program Studi Magister Keguruan Olahraga

Pasca Sarjana UNP Kediri

Dr. Atrup, M.Pd. MM

NIDN. 709116101

ii

copyright©2016.kasmani.universitas nusantara.pgri.kediri.nim.14.0.06.01.0002

PENGESAHAN TESIS

PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN SHOOTING MENGGUNAKAN MODIFIKASI GAWANG SEGI TIGA DAN GAWANG SEGI EMPAT TERHADAP AKURASI TENDANGAN B0LA DITINJAU DARI KOORDINASI MATA KAKI

Studi Eksperimen Pada Permainan Sepakbola Mini Siswa Putra Sekolah Dasar Negeri Sekecamatan Ngetos Nganjuk Tahun Pelajaran 2015/2016

Disusun oleh:

KASMANI

NIM : 14.0.06.01.0002

Telah disetujui oleh Tim Penguji

Jabatan	Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Ketua.	1. Dr. Sri Aliami, M.M. NIDN. 0716086403		19-8-2016
Sekretaris	2 Dr. Suryo Widodo, M.Pd. NIDN. 0002026403		22-8-2016
Anggota Penguji	1. Prof. DR. dr. Muchsin Doewes, MARS. NIDN. 000310548004		20-8-2016
	2. Dr. Hj. Sri Panca Setyawati, M.Pd. NIDN. 716046202		23-8-2016

Mengetahui

Direktur PPS. Magister Keguruan Olahraga
Universitas Nusantara PGR Kediri

Dr.Rr. Forijati, M.M.
NIDN. 0028016701

iii

copyright©2016.kasmani.universitas nusantara.pgri.kediri.nim.14.0.06.01.0002

PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN SHOOTING MENGGUNAKAN MODIFIKASI GAWANG SEGI TIGA DAN GAWANG SEGI EMPAT TERHADAP AKURASI TENDANGAN B0LA DITINJAU DARI KOORDINASI MATA KAKI

(Studi Eksperimen Pada Permainan Sepakbola Mini Siswa Putra Sekolah Dasar Negeri Sekecamatan Ngetos Nganjuk Tahun Pelajaran 2015/2016)

Oleh Nama **: KASMANI** NPM: 14.0.06.01.0002 Fak-Prodi: PPS-Magister Keguruan Olahraga
Email:kasmanijanuari@yahoo.com
Dosen Pembimbing 1. Prof.Dr. Muchsin Doewes, dr.MARS. 2. Dr. Hj. Sri Panca Setyawati, M.Pd
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui :

1). Perbedaan pengaruh latihan shooting menggunakan modifikasi gawang segi tiga dan gawang segi empat terhadap akurasi tendangan bola ditinjau dari koordinasi mata dan kaki.

2). Perbedaan hasil akurasi tendangan bola antara siswa yang memiliki kemampuan koordinasi mata-kaki tinggi dan rendah.

3). Ada dan tidaknya interaksi antara latihan shooting dan koordinasi mata kaki (tinggi_rendah) terhadap akurasi tendangan bola .

Metodologi Penelitian ini menggunakan metode eksperimen. Populasi dalam penelitian ini terdiri dari 1555 siswa putra sekolah dasar sekecamatan Ngetos Nganjuk tahun pelajaran 2015/2016.Teknik pengambilan sampel penelitian ini menggunakan metode *purposive random sampling* dengan asumsi 5% tingkat kepercayaan, didapatkan 80 sampel. Tes dan pengukuran dengan instrumen tendangan bola kesasaran dan tes koordinasi mata_ kaki. Metode latihan adalah observasi praktek langsung menggunakan modifikasi gawang segi tiga dan gawang segi empat. Teknik pengumpulan data yaitu pengukuran akurasi tendangan dan tes koordinasi mata_kaki 3x20 detik. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis varians dua jalur desain faktorial 2x2.

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh kesimpulan : -

1). Ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara latihan shooting menggunakan modifikasi gawang segi tiga dan gawang segi empat terhadap akurasi tendangan bola pada siswa putra sekolah dasar sekecamatan Ngetos Nganjuk tahun pelajaran 2015/2016 (Nilai Fo 9,67>Ft4.11).

2). Ada perbedaan akurasi tendangan bola antara siswa yang memiliki koordinasi mata-kaki tinggi dengan siswa yang memiliki koordinasi mata-kaki rendah pada siswa putra sekolah dasar negrei sekecamatan Ngetos Nganjuk tahun pelajaran 2015/2016 (Nilai Fo 4,32 > Ft 4.11).

3). Ada interaksi yang signifikan antara latihan shooting menggunakan modifikasi gawang segi tiga dengan gawang segi empat dan koordinasi mata_kaki (tinggi & rendah) terhadap akurasi tendangan bola pada siswa putra sekolah dasar sekecamatan Ngetos Nganjuk tahun pelajaran 2015/2016 (Nilai Fo 5,6594 > Ft 4.11)

Artinya, (a). Latihan shooting menggunakan modifikasi gawang segi tiga sangat bagus bagi siswa yang memiliki kemampuan koordinasi mata_kaki tinggi.

(b). Latihan shooting menggunakan modifikasi gawang segi empat lebih cocok bagi siswa yang memiliki kemampuan koordinasi mata_kaki rendah.

Kata kunci: Eksperimen, Latihan shooting, modifikasi gawang segi tiga , gawang segi empat, akurasi tendangan bola, koordinasi mata_kaki.

1.1. Pendahuluan

Aktivitas kelompok dan perorangan dari masa ke masa beragam jenis dan bentuknya. Bertitik tolak dari gerak dasar manusia secara alamiah sesuai peruntukannya hingga gerak yang lebih kompleks . Dalam hal ini penulis fokus dalam aktivitas kegiatan olahraga kelompok beregu.. Pada usia anak sekolah dasar. Berbagai aktifitas siswa perorangan dan beregu memerlukan media. Bola dalam permainan di darat dapat dimainkan dengan kaki dan tangan, namun cenderung banyak yang dimainkan dengan kaki, yang dinamakan sepakbola *(football)*. Karakter permainan sepakbola adalah gerak terbuka, hal ini tidak lepas dari kebutuhan teknik-teknik dasar penguasaan dengan bola;. Dalam proses permainan sering terjadi gol karena adanya hasil dari shooting.

Berdasar dari paparan di atas untuk mempertajam daya shooting sangat membutuhkan sarana prasarana dan media alat bantu untuk latihan shooting bola yang spesifik, agar tingkat akurasi tendangan bola lebih terarah dan terukur. Untuk hal dimaksud penulis ciptakan alat modifikasi Gawang Segi Tiga untuk latihan shooting meraih tingkat Akurasi Tendangan Bola yang sempurna, yang terukur secara ilmiah.

Untuk meraih tingkat akurasi memerlukankan kemampuan Koordinasi Mata dan Kaki yang tinggi ataupun rendah. Sedangkan sebagai kontrol eksperimen dengan gawang segi empat sepakbola tolok ukur yang lazim digunakan dan sebagai alat uji kontrol latihan secara ilmiah berdasar ststistik.

1.2. Identifikasi Masalah ini adalah:

1. Proses kegiatan latihan shooting dalam sepakbola di sekolah dasar belum menggunakan media alat yang spesifik.
2. Teknik shooting siswa sekolah dasar dalam sepakbola belum menguasai secara benar dan baik.
3. Latihan shooting dalam sepak bola di sekolah dasar belum terlaksana secara efektif dan efisien.
4. Strategi dan model latihan shooting sepakbola di sekolah dasar belum terlaksana secara kontinyu dan bervariatif.
5. Ragam dan tingkat akurasi tendangan bola siswa sekolah dasar belum terukur secara ilmiah.

1.3. Pembatasan Masalah

Dalam eksperimen ini, peneliti membatasi masalah guna menghindari atau mencegah kesalahan tafsir terhadap judul tersebut di atas yaitu:

1. Latihan shooting menggunakan modifikasi gawang segi tiga permainan Sepakbola.

2. Latihan shooting menggunakan modifikasi gawang segi empat permainan Sepakbola.
3. Akurasi tendangan bola pada sasaran gawang sepakbola.
4. Koordinasi mata-kaki (tinggi dan rendah) dalam tendangan bola.

1.4. Perumusan Masalah

Berbagai uraian terdahulu di atas, masalah yang dapat kami rumuskan sebagai berikut:

1. Adakah Perbedaan Pengaruh antara Latihan Shooting menggunakan Modifikasi Gawang Segi tiga dengan gawang segi empat terhadap Akurasi Tendangan Bola ?
2. Adakah perbedaan akurasi tendangan bola antara koordinasi mata-kaki tinggi dan rendah?
3. Adakah interaksi antara latihan shooting dan koordinasi mata-kaki terhadap akurasi tendangan bola?

1.5. **Tujuan Penelitian Eksperimen**

Berdasar rumusan masalah di atas, penelitian ini bertujuan mengetahui:

1. Perbedaan Pengaruh Latihan shooting menggunakan Modifikasi Gawang Segitiga dan gawang segi empat terhadap Akurasi Tendangan Bola, ditinjau dari koordinasi mata kaki.
2. Perbedaan akurasi tendangan bola antara koordinasi mata-kaki tinggi dan rendah dalam permainan sepakbola.
3. Ada atau tidaknya interaksi antara latihan shooting dan koordinasi mata-kaki terhadap akurasi tendangan bola.

1.6.**Pentingnya Penelitian**

1. Dapat membantu siswa putera sekolah dasar sekecamatan Ngetos, mengukur dan menelaah sejauh mana bisa meningkatkan akurasi tendangan bola pada modifikasi gawang segi tiga dan gawang segi empat menjadi lebih baik dan benar.
2. Dapat dijadikan sebagai masukan dalam modifikasi desain eksperimen dan pengembangan media latihan serta menjadikan pembelajaran akurasi tendangan bola pada siswa putera sekolah dasar negeri sekecamatan Ngetos, menjadi lebih baik, efektif dan efisien,
3. Dapat dijadikan sebagai pedoman untuk menentukan dan memilih media/alat latihan shooting guna meningkatkan akurasi tendangan bola.
4. Bagi Guru olahraga /Pembina olahraga dapat dimanfaatkan sebagai usaha perbaikan dalam pembibitan

dan pemilihan penendang bola akurat, dalam permainan sepakbola mini

5. Dengan latihan shooting yang benar, dalam menggunakan modifikasi gawang segi tiga dan gawang segi empat menjadikan sumbangan sangat baik dalam penciptakan gol di dalam permainan sepakbola mini

1.7.Kegunaan Penelitian

Kegunaan penelitian ini adalah:

1. Penelitian ini secara teoritis diharapkan dapat memperjelas informasi empiris, yang dapat meningkatkan kemampuan latihan shooting terhadap akurasi tendangan bola pada permainan sepakbola umumnya.
2. Modifikasi gawang segi tiga dan gawang segi empat, sangat berperan besar terhadap efektif dan efisiennya kelancaran kelangsungan pembelajaran latihan shooting sepakbola mini bagi siswa sekolah dasar.
3. Peran strategis metode pembelajaran latihan shooting bola berperan besar dalam pendalaman tingkat akurasi tendangan bola bagi siswa putra sekolah dasar.
4. Penelitian ini diperuntukkan para Pembina Olahraga, Guru Olahraga, Olahragawan, Mahasiswa, Murid-murid sekolah serta Masyarakat

KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA PEMIKIRAN DAN HIPOTESIS

2.1. Kajian Pustaka

2.1.1 Sepakbola

a. Konsep Historis Sepakbola

Sejarah Sepakbola modern merupakan perjalanan panjang sebuah permainan sederhana yang sangat menarik bagi kaum muda maupun tua di berbagai penjuru dunia. Hal ini selaras apa yang dirumuskan Batty (2003, 5) bahwa "Sepakbola adalah sebuah permainan yang sederhana, dan rahasia permainan sepakbola yang baik ialah melakukan hal-hal sederhana dengan sebaik-baiknya".

Menurut Luxbacher (1998:5) bahwa "Sepakbola adalah permainan yang menantang secara fisik dan mental, anda harus melakukan gerakan yang terampil di bawah kondisi permainan yang waktunya terbatas, fisik dan mental yang lelah dan sambil menghadapi lawan".

b. Karakter Permainan Sepakbola

Keterampilan gerak terbuka adalah suatu gerakan keterampilan yang dilakukan pada situasi dan lingkungan yang berubah-ubah, respons pelaku berdasarkan lingkungan yang berubah-ubah, faktor lingkungan sukar diprediksi. Untuk meningkatkan dan mencapai prestasi yang setinggi-tingginya, pemain sepakbola harus memiliki 7 kelengkapan pokok yaitu: 1) Pembinaan tehnik (ketrampilan) 2) Pembinaan fisik (kesegaran jasmani) 3). Pembinaan taktik (mental, daya ingatan dan kecerdasan) 4). Penerapan pendekatan sains teknologi 5).Sarana prasarana standar. 6). Suport finansial 7). Kematangan juara

Tujuh kelengkapan pokok tersebut hanya dapat dicapai dengan managemen yang profesional dan sistem metodologi latihan-latihan dan pertandingan-pertandingan yang direncanakan dan dilakukan secara sistemik berjenjang berkelanjutan.

c. Konsep Sistematika Latihan

Departemen Pendidikan Nasional (2000:103) menjelaskan bahwa "Latihan adalah kegiatan yang dilakukan secara teratur, seksama, sistematis, serta berkesinambungan (kontinyu) sepanjang tahun dengan pembebanan yang selalu meningkat dan bertahap setiap tahun. Banyak yang berlatih tapi mereka sebenarnya tidak berlatih. Hal ini disebabkan karena mereka tidak memahami arti latihan yang sebenarnya. Menurut Harsono (1988:17), "Latihan adalah proses yang sistematis dari berlatih yang dilakukan secara berulang-ulang dengan setiap hari menambah jumlah beban latihan serta intensitas latihannya". Hal ini didukung oleh Bompa (1987:1) menerangkan bahwa, "Latihan adalah suatu kegiatan olahraga yang sistematis dalam waktu yang panjang, ditingkatkan secara bertahap dan perorangan, bertujuan membentuk manusia yang berfungsi fisiologis dan psikologis untuk memenuhi tuntutan tugas".Yang dimaksud sistematis dari beberapa pendapat tersebut adalah kegiatan yang dilakukan secara berencana, sesuai jadwal atau program latihan, meurut pola dan sistem tertentu, metode, teratur dari yang sederhana ke yang lebih kompleks, dan dari yang mudah ke yang lebih mudah ke yang lebih sukar. Berulang-ulang maksudnya, setiap elemen teknik harus dilakukan sesering mungkin, bukan hanya sesekali atau dua kali saja. Sedangkan beban berlebih maksudnya, setiap kali secara periodic, beban latihan harus ditambah dan diperberat.

d. Progran Latihan Shooting

Program dalam penelitian ini terdiri dari: 1). Latihan shooting menggunakan modifikasi gawang segi tiga. 2). Latihan shooting menggunakan modifikasi gawang segi empat. 3). Akurasi tendangan bola. 4). Koordinasi mata_kaki

2.1.2. Latihan Shooting

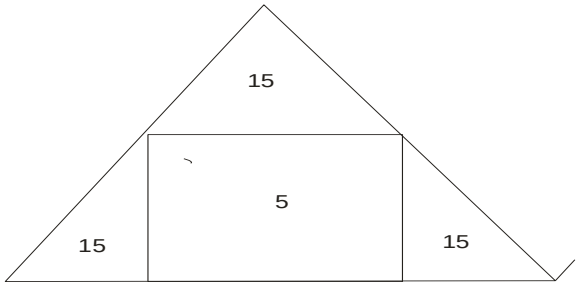
Latihan shooting bola adalah suatu proses menembakkan bola ke arah area sasaran dalam gawang dengan teknik tendangan kaki tertentu pada permainan sepakbola.

Sedangkan menurut A. Sarumpaet (1992:20): Tendangan bola merupakan suatu usaha pemindahan bola dari suatu tempat ke tempat lain dengan menggunakan kaki atau bagian kaki dan dapat dilakukan dalam keadaan diam, digelindingkan maupun dilayangkan diudara. Latihan shooting bola sangat diperlukan agar semua pemain bola bisa menciptakan gol. Sebagian besar gol tercipta karena hasil dari shooting bola. Sedangkan

menurut Agus Mukholid (2004:24): Tujuan menendang bola adalah; Untuk mengumpan, menembak ke gawang agar terjadi gol, dan untuk menghalau, atau menyapu dalam rangka menggagalkan serangan atau permainan lawan.

2.1.3. Media alat untuk latihan shooting

Guna mendapatkan nilai-nilai kemampuan akurasi tendangan bola pada anak-anak sekolah dasar, penulis menciptakan berupa media gawang segitiga sebagai eksperimen media latihan Akurasi Tendangan Bola Modifikasi Gawang bentuk segi tiga



1 meter 1 meter 1 meter

1) Sudut atas nilai 15. .2). Sudut kiri bawah nilai 15. .3). Sudut Kanan bawah nilai 15. 4). Bidang segi tengah nilai 5

2.2. Akurasi Tendangan Bola

Definisi akurasi menurut T.S. Agung Pamungkas (2009:40) Akurasi adalah keakuratan, ketepatan, kejituan dan kecermatan dalam menyongsong, menyundul, dan menendang bola ke gawang atau mengumpan bola ke kawan sendiri. Dan menurut Depdikbud (1997:601) Bahwa tendangan adalah berasal dari kata tendang yang artinya menyepak atau mendepak dengan kaki.

2.3. Koordinasi Mata Kaki

Menurut Albertus Fenanlampir & Muhyi Faruq (2015:158) Koordinasi adalah kemampuan motorik yang sangat kompleks. Koordinasi sangat erat kaitannya dengan kecepatan, kekuatan, daya tahan, dan fleksibilitas (Bompa1983) serta sangat penting untuk mempelajari dan menyempurnakan teknik dan taktik.

Seorang atlet usia sekolah dasar dengan koordinasi yang baik akan mampu melakukan ketrampilan secara sempurna dan mudah cepat menguasai gerak ketrampilan yang baru. Atlet yang mempunyai koordinasi yang baik mempunyai gerak yang luas, dinamis dan fleksibibel.

2.4. Kerangka Berfikir

Penelitian eksperimen merupakan suatu penelitian yang menjawab pertanyaan jika kita melakukan sesuatu pada kondisi yang dikontrol secara ketat maka apakah yang akan terjadi? Untuk mengetahui apakah ada perubahan atau tidak pada suatu keadaan yang di control secara ketat maka kita memerlukan perlakuan **(*treatment*)** pada kondisi tersebut dan hal inilah yang dilakukan pada penelitian eksperimen.

2.5. HIPOTESIS

1. Ada perbedaan pengaruh antara latihan shooting menggunakan

modifikasi gawang segi tiga dan gawang segi empat terhadap akurasi tendangan bola.

2. Ada perbedaan akurasi tendangan bola antara koordinasi mata-kaki tinggi dan koordinasi mata kaki rendah.

3. Ada interaksi antara latihan shooting dan koordinasi mata-kaki , terhadap akurasi tendangan bola.

METODOLOGI PENELITIAN

A. Tempat Dan Waktu Penelitian

1. Tempat

Penelitian eksperimen ini dilaksanakan dari 26 SD sewilayah kecamatan Ngetos

2. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan desain faktorial 2x2, atas dasar yaitu kegiatan yang berawal pre test dan dengan memberikan perlakuan pada subyek Testi, yang diakhiri dengan bentuk pos test guna mengetahui pengaruh perlakuan yang telah diberikan. 3. **Rancangan** populasi siswa putra sekolah dasar kecamatan Ngetos pada tahun pelajaran 2015/2016 sebanyak 1555 siswa dengan asumsi kepercayaan 5 %, penulis tetapkan sampel sebanyak 78 orang secara acak/random sampling.

B. Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini terdiri dari dua:

1. Variabel Bebas (independent) a. Variabel manipulatif yaitu:

1). Latihan shooting menggunakan modifikasi gawang segi tiga

2). Latihan shooting menggunakan modifikasi gawang segi empat**.**

b. Variabel Bebas atributif dalam penelitian ini ialah:

1). Koordinasi Mata_Kaki Tinggi

2). Koordinasi Mata_Kaki rendah

3).Variabel Terikat (dependent) Dalam penelitian ini variabel terikatnya ialah **akurasi tendangan bola.**

Tehnik Analisis Data: Anava

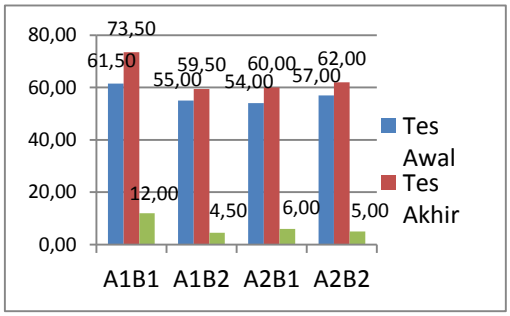
HASIL PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data

Keberhasilan penelitian ini didapat melalui proses observasi

1. Data tes awal shooting menggunakan modifikasi gawang segi tiga. Koordonasi maya kaki tinggi

   Jumlah tes awal 615,00. Tes akhir 735,00 Peningkatan 120,00 dan Koordinasi mata-kaki rendah Tes awal 550. Tes akhir 595 Peningkatan 45,00



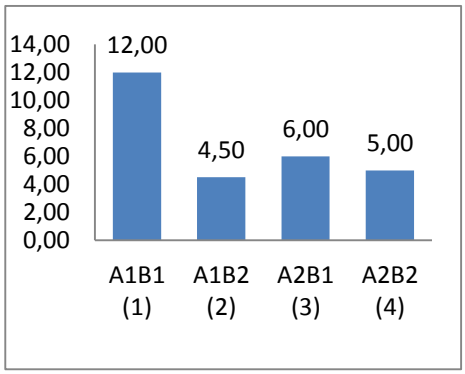
2. Data tes awal shooting menggunakan modifikasi gawang segi empat. Jumlah tes awal 540,00. Tes akhir 600,00 Peningkatan 60,00 dan Koordinasi mata-kaki rendah Tes awal 570,00. Tes akhir 620,00 Peningkatan 50,00

3.Tes awal koordinasi mata_kaki (tinggi dan rendah)kemudian dikelompokkan menjadi empat sesuai rancangan factorial 2x2**.** Berdasar hasil observasi dan penelitian dilapangan, dan olah data secara statistik maka dapat dideskripsikan hasil analisis data latihan ***shooting*** menggunakan modifikasi gawang segi tiga dan gawang segi empat terhadap akurasi tendangan bola.

B. Pembahasan Hasil Penelitian

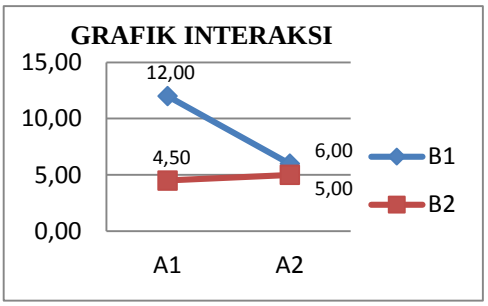
Pembahasan hasil penelitian ini memberikan penafsiran lebih lanjut mengenai hasil analisis data. Berdasarkan pengujian hipotesis telah dilakukan menghasilkan tiga simpulan yaitu:

1. Ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara latihan *shooting* menggunakan modifikasi gawang segi tiga dan segi empat terhadap akurasi tendangan ke gawang dalam permainan sepakbola pada siswa putra Sekolah Dasar Negeri sekecamatan Ngetos Nganjuk tahun 2016. (Nilai Fo 9,67 > Ft4.11).
2. Ada perbedaan yang signifikan akurasi tendangan ke gawang dalam permainan sepakbola antara siswa yang memiliki koordiansi mata-kaki tinggi dengan siswa yang memiliki koordinasi mata-kaki rendah pada siswa putra Sekolah Dasar Negeri sekecamatan Ngetos Nganjuk tahun 2016. (Nilai Fo 4,32 > Ft 4.11)



3. Ada interaksi antara latihan *shooting* dan koordinasi mata-kaki terhadap akurasi tendangan bola ke gawang siswa putra Sekolah Dasar Negeri se

Kecamatan Ngetos Nganjuk tahun 2016. (Nilai Fo 5,6594 > Ft 4.11)



SIMPULAN DAN SARAN:

Berdasarkan analisis data dan pembahasannya yang telah diungkapkan pada BAB IV, maka dapat ditarik simpulan sebagai berikut:

A. Simpulan

1. Ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara latihan *shooting* menggunakan modifikasi gawang segi tiga dan gawang segi empat terhadap akurasi tendangan bola. Latihan shooting menggunakan modifikasi gawang segi tiga, pengaruhnya lebih baik, dari pada menggunakan modifikasi gawang segi empat.
2. Ada perbedaan akurasi tendangan bola yang signifikan, antara siswa yang memiliki koordinasi mata-kaki tinggi lebih baik, dari pada siswa yang memiliki koordinasi mata-kaki rendah.
3. Ada interaksi antara latihan *shooting* menggunakan modifikasi gawang segi tiga dan gawang segi empat, dan koordinasi mata-kaki, terhadap akurasi tendangan bola.

   Artinya:

   a. Latihan shooting menggunakan modifikasi gawang segi tiga sangat bagus bagi siswa yang memiliki kemampuan koordinasi mata-kaki tinggi.
   b. Latihan shooting menggunakan modifikasi gawang empat lebih cocok bagi siswa yang memiliki kemampuan koordinasi mata-kaki rendah.

B. Saran.

Berdasarkan hasil penelitian ini, saran-saran yang dapat dikemukakan kepada Pembina olahraga, Pelatih sepakbola dan guru Penjasorkes Sekolah Dasar Negeri se Kecematan Ngetos Nganjuk disarankan hal-hal sebagai berikut:

1. Guru Penjasorkes hendaknya selalu meningkatkan ilmu pengetahuannya, termasuk dalam bidang kepelatihan olahraga, sehingga pembelajaran Penjasorkes dapat dilakukan secara variatif dan inovatif serta menyenangkan.
2. Dalam meningkatkan akurasi tendangan bola dalam permainan sepakbola hendaknya diberikan

latihan *shooting* dengan menggunakan sasaran yang variatif dan menyenangkan siswa.

3. Untuk meningkatkan akurasi tendangan bola dalam permainan sepakbola, hendaknya komponen-komponen kondisi fisik mendukung kemampuan tendangan bola harus diperhatikan dan ditingkatkan melalui latihan yang sistematis, kontinyu dan terprogram.

1. Untuk meningkatkan akurasi tendangan bola dalam permainan sepakbola dapat diterapkan latihan *shooting* menggunakan modifikasi gawang segi tiga dan segi empat.

I. DAFTAR PUSTAKA

Albertus Fenanlampir & Muhyi Faruq. 2015. *Tes dan Pengukuran Dalam Olahraga*, Yogyakarta: Andi Offset

Batty, Eric C. 2004. *Latihan Sepakbola Metode Pertahanan.* Bandung: CV. Pioner Jaya.

Bompa, Tudor O. 1990. *The Theory and Metodology of Trinning the Key to Athletic Performeance*. Dubuque, IOWA: Kendall/Hunt.

Bompa, Tudor. O. 1994. *Power Trainning For Sport*. Canada: Mocaic Press

Douglas C. Montgomery. 2013. *Design and Analysis of Experiments*. Arizona State University

Depdikbud. 1994. *Garis-garis Besar Program Pengajaran*, Jakarta.

FIFA, 2008. *Laws of The Game*. Jakarta: PSSI

FIFA(2012). *Quality Programme for Goal-Line Technology Testing Manual 2012*. Zuric Switzerland

Harsono, 2005. *Prinsip-prinsip Pelatihan Manusia dan Olahraga*. Bandung: IT

Josep A Luxbacher (1997). *Sepakbola Langkah-langkah Menuju Sukses*. Alih Bahasa Agus Wibawa. Jakarata: PT. Raja Grafindo.

Sarumpaet A, 1992. *Teknik Dasar Bermain Sepakbola*. Jakarta: PT. Rineka Cipta

Sarumpaet A, 1992. *Teknik dasar permainan besar*. Jakarta: Depdikbud Dirjen Dikti