

Hubungan Kecepatan Lari Terhadap Keterampilan *Shooting* Sepak Bola Pada Siswa Di SD Negeri 53 Banda Aceh

Rifan Roni Saputra. Znd¹, Bungsu Amelia Sofya², Jalaluddin³

Rifan Roni Saputra. Znd, Universitas Serambi Mekkah, Aceh

rifanronisaputra@gmail.com

Bungsu Amelia Sofya, Universitas Serambi Mekkah, Aceh

bungsuameliasofya@serambimekkah.ac.id

Jalaluddin, Universitas Serambi Mekkah, Aceh

jalaluddin@serambimekkah.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara kecepatan lari dengan keterampilan shooting sepak bola pada siswa SD Negeri 53 Banda Aceh. Kecepatan lari merupakan komponen fisik fundamental yang diduga memiliki kaitan erat dengan keberhasilan eksekusi teknik tembakan ke gawang secara akurat. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa laki-laki kelas V dan VI SD Negeri 53 Banda Aceh tahun pelajaran 2025/2026 yang berjumlah 30 orang, di mana pengambilan sampel dilakukan dengan teknik total sampling. Instrumen pengumpulan data meliputi tes lari cepat 30 meter untuk mengukur kecepatan lari dan tes koordinasi shooting akurasi untuk mengukur keterampilan menembak bola. Data dianalisis melalui uji prasyarat (normalitas dan homogenitas) serta uji hipotesis menggunakan korelasi Pearson Product Moment dengan bantuan program SPSS. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kecepatan lari (X) dan keterampilan shooting (Y) dengan nilai koefisien korelasi (r) sebesar -0,979 dan nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar $<0,001 < 0,05$. Temuan ini menunjukkan tingkat hubungan pada kategori Sangat Kuat. Arah hubungan negatif mengindikasikan bahwa semakin singkat waktu tempuh lari siswa (semakin cepat), maka semakin tinggi skor keterampilan shooting yang dihasilkan. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang sangat kuat dan signifikan antara kecepatan lari terhadap keterampilan shooting sepak bola pada siswa kelas V-VI SD Negeri 53 Banda Aceh.

Kata Kunci: Kecepatan Lari, Keterampilan Shooting, Sepak Bola

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Olahraga merupakan kegiatan yang menggunakan seluruh tubuh baik jasmani dan rohani agar tubuh tetap terjaga dengan baik. Semua cabang olahraga memiliki tujuan masing-masing yang akan dicapai. Selain itu olahraga juga sudah banyak dikenal di seluruh dunia khususnya Indonesia. Banyak sekali olahraga di Indonesia yang sudah masuk dan dikenal oleh masyarakat. Diantaranya adalah sepak bola, basket, voli, takraw, futsal dan

lain-lain. Dari sekian banyak olahraga, salah satu olahraga yang paling digemari di dunia adalah sepak bola.

Lamungga (2020: 8) menuturkan, Sepak bola adalah olahraga masyarakat yang sangat digemari di seluruh dunia, bukan hanya anak muda orang tua pun sangat mengidolakan permainan yang sudah mendunia ini, karena termasuk salah satu jenis olahraga murah meriah dan “merakyat” di dunia. Sepak bola merupakan suatu permainan yang sangat populer dan digandrungi oleh banyak kalangan. Hampir dipastikan masyarakat dunia sangat mengenal olahraga sepak bola, seandainya sebagian tidak menggemari atau dapat memainkannya, minimal mereka mengetahui tentang olahraga ini. Semua kalangan baik tua dan muda bahkan tanpa membedakan laki-laki dan perempuan sangat menggemari olahraga sepak bola (Istofian & Amiq, 2016: 105).

Wahyudi (2020: 48). Olahraga sepak bola sangat banyak mendapat sorotan dari masyarakat dalam respon yang positif, baik dari semua kalangan masyarakat maupun pemerintah permainan sepak bola merupakan bentuk kegiatan fisik yang memberikan manfaat pada kebugaran tubuh, mental, serta sosial, yakni prestasi. Permainan dan olahraga sepak bola kaitannya dengan kebugaran tubuh, permainan ini masuk dalam aktifitas gerak olahraga, karena bentuk kualitas fisik yang terstruktur, terencana dan berkesinambungan dengan tujuan untuk kebugaran tubuh yang lebih baik. Aras (2021: 6) mengatakan, Saat ini perkembangan permainan sepak bola sangat pesat sekali, hal ini ditandai dengan banyaknya sekolah-sekolah sepak bola (SSB) yang didirikan. Tujuan dari permainan sepak bola adalah masing-masing regu atau kesebelasan yaitu berusaha menguasai bola, memasukan bola ke dalam gawang lawan sebanyak mungkin dan berusaha mematahkan serangan lawan untuk melindungi atau menjaga gawangnya agar tidak kemasukan bola.

Sepak bola menjadi simbol universal yang dapat mempersatukan berbagai kalangan masyarakat tanpa memandang usia, gender, atau latar belakang. Tidak hanya diminati sebagai hiburan, sepak bola juga menjadi ajang pembentukan karakter melalui nilai-nilai kerja sama, disiplin, dan sportivitas yang diajarkannya. Keterampilan dalam sepak bola, seperti yang dikemukakan diatas tidak hanya mencakup kemampuan teknis bermain, tetapi juga strategi dan aplikasi nyata di lapangan. Hal ini menunjukkan bahwa sepak bola bukan hanya permainan fisik, tetapi juga permainan mental yang melibatkan pengambilan keputusan cepat dan kerja sama tim. Sanusi et al., (2022: 72).

Perkembangan pesat sepak bola, baik dari sisi fasilitas, teknologi, maupun peraturan, menunjukkan bahwa olahraga ini terus beradaptasi dengan kebutuhan zaman. Misalnya,

penggunaan teknologi VAR (*Video Assistant Referee*) merupakan salah satu bukti bagaimana sepak bola mengintegrasikan inovasi modern untuk meningkatkan kualitas permainan. Selain itu, keterlibatan pemerintah dan masyarakat dalam mendukung olahraga ini menunjukkan bahwa sepak bola memiliki dampak sosial yang luas, mulai dari hiburan hingga pembentukan komunitas yang inklusif.

Namun dengan popularitasnya tantangan dalam pengelolaan dan pengembangan sepak bola juga meningkat. Penting untuk memastikan bahwa semangat permainan ini tetap mengedepankan nilai-nilai positif seperti fair play, integritas, dan pengembangan bakat sejak usia dini. Perhatian terhadap aspek pendidikan dalam olahraga sepak bola juga menjadi kunci, agar para pemain tidak hanya unggul secara teknis tetapi juga memiliki karakter yang kuat.

Elkadiowanda (2019: 6) mengatakan, Untuk mencapai prestasi yang optimal maka kondisi ideal atau sesuatu yang diharapkan adalah terbentuknya pemain sepak bola yang memiliki kondisi fisik yang prima, menguasai teknik yang baik, taktik yang tepat, dan mental yang kuat. Dari aspek kondisi fisik terdapat beberapa unsur berikut: (1) kecepatan; (2) daya tahan aerobik; (3) daya ledak otot tungkai; (4) kelincahan; (5) kekuatan otot tungkai; (6) keseimbangan; (7) koordinasi; dan (8) kelenturan. Pendapat yang disampaikan tentang pentingnya penguasaan teknik dasar sepak bola sangat relevan dalam konteks permainan modern. Sepak bola adalah olahraga yang mengandalkan kombinasi antara kemampuan individu dan kerja sama tim. Penguasaan teknik dasar menjadi fondasi yang memungkinkan pemain berkontribusi secara efektif dalam berbagai situasi permainan, baik dalam menyerang maupun bertahan.

Pendapat diatas memberikan pandangan yang komprehensif tentang pentingnya penguasaan teknik dasar dalam sepak bola. Setiap teknik memiliki perannya masing-masing dalam mendukung permainan tim dan performa individu. Pemain yang menguasai teknik-teknik ini memiliki fleksibilitas lebih besar dalam beradaptasi dengan berbagai situasi di lapangan, baik dalam menyerang maupun bertahan. Penguasaan teknik dasar seperti yang disebutkan oleh (Elkadiowanda 2019: 6) adalah prasyarat untuk menjadi pemain sepak bola yang kompeten, tanpa penguasaan teknik dasar ini, sulit bagi seorang pemain untuk tampil optimal dan memberikan kontribusi signifikan dalam pertandingan.

Permainan ini memang memiliki daya tarik universal karena dapat dimainkan oleh berbagai kalangan usia, mulai dari anak-anak hingga dewasa, ditingkat sekolah dasar, sepak bola tidak hanya berfungsi sebagai aktivitas fisik tetapi juga sebagai sarana

pembelajaran nilai-nilai seperti kerja sama, kedisiplinan, dan sportivitas. Salah satu keterampilan paling penting dalam permainan sepak bola adalah *shooting*, yaitu kemampuan menendang bola dengan akurasi dan kekuatan untuk mencetak gol. *Shooting* merupakan keterampilan yang kompleks karena melibatkan koordinasi antara teknik, fisik, dan mental.

Seperti yang dikemukakan dalam penelitian (Istofian & Amiq, 2016: 105) secara khusus penelitian menunjukkan hasil keterampilan *Shooting* yang cukup, keterampilan *Shooting* mempunyai peranan penting dalam sepak bola. Dimana keterampilan *Shooting* digunakan oleh pemain untuk menyelesaikan serangan dengan melakukan tembakan ke arah gawang untuk mencetak gol.

Dalam menciptakan sebuah gol diperlukan juga kondisi fisik yang baik agar pemain dalam melakukan permainan sepak bola menjadi lebih baik. Dalam melakukan *shooting* faktor yang mempengaruhinya adalah kecepatan lari. Karna semakin cepat lari akan semakin cepat dalam melakukan *shooting* ke gawang. Dalam dunia olahraga kemampuan dasar fisik seperti kecepatan sangat berperan penting dalam menunjang keterampilan teknis, termasuk *shooting* dalam permainan sepak bola *shooting*, sebagai salah satu keterampilan inti dalam permainan, tidak hanya membutuhkan teknik yang baik tetapi juga didukung oleh kecepatan yang optimal untuk menciptakan peluang dan memanfaatkan ruang didalam lapangan.

Amir (2020: 1) menuturkan, Kecepatan lari penting bagi pemain sepak bola, karena kecepatan lari dibutuhkan baik pada saat mengontrol bola ataupun pergerakan tanpa bola, dan biasanya kecepatan lari juga dibutuhkan pada saat pemain menerima umpan jauh, umpan terobosan, melakukan akselerasi kedalam pertahanan lawan ataupun menghalau lawan ketika melakukan serangan balik. Kurniawan et al., (2016: 381). Kecepatan lari sangat dibutuhkan oleh seorang pemain sepak bola, terlebih saat menggiring bola sepak. Menggiring bola sepak tidak hanya membawa bola menyusuri tanah dan lurus kedepan melainkan menghadapi lawan yang jaraknya cukup dekat dan rapat.

Menurut ahli psikologi olahraga, keterampilan motorik seperti kecepatan lari dan keterampilan *shooting* sepak bola sangat penting untuk dikembangkan pada usia dini, karena dapat mempengaruhi kemampuan fisik dan mental siswa untuk masa depannya. Anak usia dini merupakan target pencarian bakat yang paling sempurna dan strategis untuk pengembangan atletik, karena pada usia dini proses pelatihan bakat akan lebih efektif jika dibandingkan dengan yang dimulainya terlambat (Santoso, 2019 : 63).

Berdasarkan uraian di atas dan observasi awal pada saat penulis Praktik Pengalaman Lapangan (PPL) di SD Negeri 53 Banda Aceh, terlihat bahwa beberapa siswa yang bermain sepak bola memiliki variasi kemampuan *shooting* yang berbeda-beda, salah satu faktor yang penulis yakini berhubungan adalah kecepatan lari siswa. Namun, hubungan antara kecepatan lari dan keterampilan *shooting* belum dikaji secara mendalam, oleh karena itu penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara kecepatan lari terhadap keterampilan *shooting* siswa di SD Negeri 53 Banda Aceh, karna disekolah tersebut belum ada penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan antara kecepatan lari dan keterampilan *shooting* siswa di sekolah tersebut. Karena itu penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara kecepatan lari dan keterampilan *shooting* siswa di SD 53 Banda Aceh.

Rumusan Masalah

Rumusan masalah yang diajukan dalam penelitian ini adalah. Apakah terdapat hubungan antara kecepatan lari dan keterampilan *shooting* sepak bola pada siswa di SD Negeri 53 Banda Aceh?

Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan antara kecepatan lari dengan keterampilan *shooting* sepak bola pada siswa di SD Negeri 53 Banda Aceh.

Manfaat Penelitian

Adapun beberapa manfaat dalam penelitian ini yang diharapkan bisa tercapai adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis.

Manfaat teoritis adalah kontribusi penelitian terhadap pengembangan pengetahuan, konsep, atau teori yang relevan dengan bidang kajian. Dalam konteks penelitian ini, manfaat teoritis bertujuan menambah wawasan dan literatur ilmiah mengenai hubungan antara kecepatan lari dan keterampilan *shooting* dalam sepak bola.

2. Manfaat Praktis.

Manfaat praktis adalah dampak langsung dari hasil penelitian yang dapat diterapkan untuk memecahkan masalah nyata atau meningkatkan praktik tertentu. Penelitian ini memberikan panduan bagi siswa, guru pjok, dan sekolah dalam mengoptimalkan latihan fisik dan teknik untuk meningkatkan performa olahraga, khususnya pada keterampilan *shooting*

METODELOGI PENELITIAN

Pendekatan dan Jenis Penelitian

Jenis dan pendekatan penelitian ini menggunakan pendekatan Kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2017: 8). Sedangkan pendekatan pada penelitian ini adalah deskriptif korelasional.

Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi merupakan keseluruhan subjek penelitian. Arikunto (2017: 173) populasi adalah keseluruhan subjek penelitian yang terdiri dari manusia dan benda sebagai sumber data yang memiliki karakteristik tertentu dalam penelitian. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa kelas V-VI SD Negeri 53 Banda Aceh, penelitian ini akan fokus pada siswa laki-laki di kelas V dan VI di SD Negeri 53 Banda Aceh yang berjumlah 100 siswa. Adapun teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *purposive proportional random sampling*. *Purposive sampling* menurut Sugiyono adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2012: 68). Berdasarkan uraian di atas, maka yang menjadi sampel pada penelitian ini adalah seluruh siswa laki-laki kelas V-VI SD Negeri 53 Banda Aceh yang berjumlah 30 orang.

Teknik Pengumpulan Data

Data dalam penelitian diperoleh dari siswa, hasil tes lari cepat 30 meter, data berupa waktu tempuh (detik) diambil secara langsung saat pelaksanaan tes, hasil tes shooting ke gawang data berupa skor hasil shooting diperoleh dari praktik shooting yang dilakukan siswa.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis deskriptif, uji normalitas, uji homogenitas, uji koefisiensi korelasi dan uji chi square.

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan di Sekolah SD Negeri 53 Banda Aceh, JL. Teuku Imum Lueng Bata, Kec. Lueng Bata, Kota Banda Aceh. Karna berdasarkan observasi awal pada Tanggal 20 September 2024 sampai 5 Oktober 2024 saat peneliti melaksanakan Praktek Pengalaman Lapangan (PPL), peneliti melihat kesenjangan antara kecepatan lari dengan keterampilan *shooting* siswa pada saat mereka bermain sepak bola.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data penelitian yang diperoleh dari hasil tes berupa data kuantitatif atau data dalam bentuk angka. Data ini didapat secara langsung melalui instrumen tes Kecepatan Lari (sebagai variabel bebas) dan tes keterampilan *Shooting* Sepak Bola (sebagai variabel terikat) pada siswa kelas V dan VI SD Negeri 53 Banda Aceh. Pelaksanaan pengambilan data dilakukan pada tanggal 31 Maret sampai dengan 6 April 2026 untuk Tahun Pelajaran 2025/2026.

1. Hasil Tes Kecepatan Lari

Data variabel kecepatan lari diperoleh melalui tes lari cepat dengan jarak tempuh 30 meter. Satuan yang digunakan dalam pengukuran ini adalah detik, di mana semakin kecil nilai waktu yang diperoleh, maka semakin tinggi tingkat kecepatan lari siswa tersebut. Berdasarkan hasil tes yang dilakukan terhadap 30 siswa laki-laki, diperoleh data mentah sebagaimana yang tercantum pada tabel berikut.

Tabel 1. Hasil Data Mentah Tes Kecepatan Lari (X) pada Siswa Kelas V-VI SD Negeri 53 Banda Aceh Tahun Pelajaran 2025/2026

No.	Nama Peserta	Jarak	Percobaan 1	Percobaan 2	Waktu Terbaik	Keterangan
1	2	3	4	5	6	7
1.	Afnanul	30 m	5,2	5,4	5,2	Lari 30m
2.	Ahmad	30 m	5,7	5,5	5,5	Lari 30m
3.	Aqil	30 m	5,1	5,3	5,1	Lari 30m
4.	Adhal	30 m	5,8	5,9	5,8	Lari 30m
5.	Dhayan	30 m	6,2	6,0	6,0	Lari 30m
6.	Faris	30 m	5,5	5,3	5,3	Lari 30m
7.	Ghozi	30 m	5,4	5,6	5,4	Lari 30m
8.	Imam	30 m	6,1	5,9	5,9	Lari 30m
9.	Mubaraq	30 m	6,2	6,4	6,2	Lari 30m
10.	Mayza	30 m	5,4	5,2	5,2	Lari 30m
11.	Daffa	30 m	5,8	5,6	5,6	Lari 30m
12.	Ghazi	30 m	5,4	5,5	5,4	Lari 30m
13.	Izham	30 m	5,7	5,9	5,7	Lari 30m
14.	Rizky	30 m	5,3	5,5	5,3	Lari 30m
15.	Sulthan	30 m	6,3	6,1	6,1	Lari 30m
16.	Afkar	30 m	5,5	5,7	5,5	Lari 30m
17.	Raziq	30 m	5,2	5,0	5,0	Lari 30m
18.	Akbar	30 m	5,8	6,0	5,8	Lari 30m
19.	Ananda	30 m	5,9	6,1	5,9	Lari 30m
20.	Varrel	30 m	5,6	5,4	5,4	Lari 30m
21.	Khairul	30 m	5,2	5,3	5,2	Lari 30m
22.	Nazli	30 m	5,8	5,6	5,6	Lari 30m
23.	Zahran	30 m	6,3	6,5	6,3	Lari 30m
24.	Nizam	30 m	5,9	5,7	5,7	Lari 30m

25.	Zaidan	30 m	5,1	5,2	5,1	Lari 30m
26.	Yusuf	30 m	5,7	5,5	5,5	Lari 30m
27.	Salim	30 m	6,2	6,0	6,0	Lari 30m
28.	Faris	30 m	5,3	5,4	5,3	Lari 30m
29.	Ikhwanul	30 m	5,8	6,0	5,8	Lari 30m
30.	Alkausar	30 m	5,4	5,5	5,4	Lari 30m
Jumlah			167,2			

Berdasarkan data mentah pada Tabel 4.4 di atas, dapat di lihat bahwa kemampuan lari siswa kelas V-VI SD Negeri 53 Banda Aceh memiliki sebaran yang cukup kompetitif, di mana sebagian besar siswa mampu menempuh jarak 30 meter dalam kisaran waktu 5,2 hingga 5,8 detik. Untuk memberikan gambaran yang lebih jelas mengenai karakteristik data variabel kecepatan lari, peneliti melakukan analisis statistik deskriptif terhadap hasil tes lari 30 meter. Analisis ini bertujuan untuk melihat kecenderungan pemusatan data dan persebaran nilai dari seluruh sampel yang berjumlah 30 siswa. Adapun rangkuman hasil analisis statistik deskriptif menggunakan bantuan program SPSS adalah dari total 30 siswa yang menjadi sampel penelitian, nilai minimum atau waktu tercepat yang berhasil dicapai adalah 5,0 detik, sedangkan nilai maksimum atau waktu paling lambat adalah 6,3 detik. Dari data tersebut diperoleh nilai rata-rata (*mean*) sebesar 5,573 detik dengan tingkat persebaran data atau standar deviasi sebesar 0,3483.

Nilai standar deviasi yang lebih kecil dari nilai rata-rata ini mengindikasikan bahwa sebaran data kecepatan lari siswa kelas V-VI SD Negeri 53 Banda Aceh bersifat homogen atau tidak memiliki kesenjangan yang terlalu jauh antar siswa satu dengan yang lainnya. Hal ini menunjukkan bahwa secara umum kemampuan fisik siswa dalam hal kecepatan lari berada pada rentang yang relatif stabil.

2. Hasil Tes Keterampilan *Shooting*

Penelitian ini melibatkan subjek sebanyak 30 orang siswa laki-laki yang berasal dari jenjang kelas V dan VI di SD Negeri 53 Banda Aceh. Proses pengambilan data dilakukan secara langsung di lapangan untuk melihat kemampuan teknis siswa dalam mengarahkan bola secara presisi di bawah tekanan waktu yang telah ditentukan. Berdasarkan hasil rangkaian tes tersebut, diperoleh data mentah yang menggambarkan peta kemampuan *shooting* siswa secara kolektif maupun individu. Rincian perolehan skor dan capaian performa dari seluruh peserta tes tersebut telah disusun secara sistematis dan dapat dicermati pada tabel yang disajikan berikut ini.

Tabel 2. Hasil Data Mentah Tes Keterampilan *Shooting* (Y) pada Siswa Kelas V-VI SD Negeri 53 Banda Aceh Tahun Pelajaran 2025/2026

No.	Nama Peserta	Percobaan 1 (Poin)	Percobaan 2 (Poin)	Total Poin (Y)	Klasifikasi	Keterangan
1	2	3	4	5	6	7
1.	Afnanul	40	45	85	Baik Sekali	Target Gawang
2.	Ahmad	35	35	70	Baik	Target Gawang
3.	Aqil	45	45	90	Baik Sekali	Target Gawang
4.	Adhal	30	30	60	Baik	Target Gawang
5.	Dhayan	25	30	55	Baik	Target Gawang
6.	Faris	40	40	80	Baik Sekali	Target Gawang
7.	Ghozi	35	40	75	Baik	Target Gawang
8.	Imam	20	25	45	Sedang	Target Gawang
9.	Mubaraq	20	20	40	Sedang	Target Gawang
10.	Mayza	43	45	88	Baik Sekali	Target Gawang
11.	Daffa	30	35	65	Baik	Target Gawang
12.	Ghazi	38	40	78	Baik Sekali	Target Gawang
13.	Izham	28	30	58	Baik	Target Gawang
14.	Rizky	40	42	82	Baik Sekali	Target Gawang
15.	Sulthan	25	25	50	Sedang	Target Gawang
16.	Afkar	35	37	72	Baik	Target Gawang
17.	Raziq	47	48	95	Baik Sekali	Target Gawang
18.	Akbar	30	32	62	Baik	Target Gawang
19.	Ananda	23	25	48	Sedang	Target Gawang
20.	Varrel	38	38	76	Baik Sekali	Target Gawang
21.	Khairul	42	42	84	Baik Sekali	Target Gawang
22.	Nazli	33	35	68	Baik	Target Gawang
23.	Zahrar	15	20	35	Sedang	Target Gawang
24.	Nizam	25	30	55	Baik	Target Gawang
25.	Zaidan	45	47	92	Baik Sekali	Target Gawang
26.	Yusuf	35	35	70	Baik	Target Gawang
27.	Salim	20	22	42	Sedang	Target Gawang
28.	Faris	40	41	81	Baik Sekali	Target Gawang
29.	Ikhwanul	29	30	59	Baik	Target Gawang
30.	Alkausar	37	40	77	Baik Sekali	Target Gawang
Jumlah			2077			

Berdasarkan data mentah pada Tabel 4.6 di atas, dapat dilihat bahwa setiap siswa memiliki capaian skor yang bervariasi dalam rentang kategori "Sedang" hingga "Baik Sekali", yang mencerminkan tingkat akurasi tendangan yang berbeda-beda pada sampel penelitian. Guna memberikan gambaran statistik yang lebih mendalam mengenai sebaran skor variabel terikat, peneliti melakukan pengolahan data menggunakan statistik deskriptif untuk melihat parameter nilai pusat dan penyimpangan data pada variabel keterampilan *shooting*. Analisis ini penting untuk memetakan sejauh mana rata-rata kemampuan teknis siswa dalam melakukan tembakan ke gawang dibandingkan dengan standar norma yang berlaku. Adapun rangkuman hasil analisis statistik deskriptif menggunakan bantuan program SPSS adalah dari total 30 siswa yang mengikuti tes keterampilan *shooting*, nilai

terendah yang diperoleh adalah 35, sedangkan nilai tertinggi mencapai 95. Hal ini menunjukkan adanya rentang nilai yang cukup lebar di antara peserta. Rata-rata (*mean*) keseluruhan skor yang diperoleh siswa adalah sebesar 67,90, dengan nilai standar deviasi sebesar 16,599. Besarnya standar deviasi ini mengindikasikan bahwa tingkat variasi atau penyebaran data kemampuan *shooting* siswa tergolong cukup tinggi, terutama jika dibandingkan dengan variabel kecepatan lari yang dianalisis sebelumnya.

Dengan adanya variasi tersebut, dapat disimpulkan bahwa kemampuan teknik *shooting* antar siswa tidak merata, di mana terdapat siswa dengan kemampuan tinggi maupun yang masih relatif rendah. Meskipun demikian, secara umum nilai rata-rata sebesar 67,90 menunjukkan bahwa tingkat keterampilan *shooting* siswa kelas V-VI SD Negeri 53 Banda Aceh berada dalam kategori “baik”. Kondisi ini menjadi dasar yang penting untuk analisis selanjutnya, khususnya dalam mengkaji hubungan antara kecepatan lari dengan variabel keterampilan *shooting* melalui analisis statistik inferensial.

3. Hasil Uji Normalitas Data

Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan uji *One-Sample Kolmogorov-Smirnov*, diketahui bahwa nilai signifikansi (*Asymp. Sig. 2-tailed*) sebesar 0,084. Karena nilai signifikansi 0,084 lebih besar dari taraf signifikansi 0,05 ($0,084 > 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa data penelitian pada variabel kecepatan lari dan keterampilan *shooting* berdistribusi normal. Dengan terpenuhinya asumsi normalitas ini, maka penggunaan statistik parametrik untuk menguji hubungan antar variabel dapat dilanjutkan. Hasil ini memberikan landasan yang kuat bagi peneliti untuk melakukan analisis korelasi *Pearson Product Moment* guna melihat sejauh mana keeratan hubungan antara kecepatan lari dengan keterampilan *shooting* sepak bola pada siswa kelas V-VI SD Negeri 53 Banda Aceh.

4. Hasil Uji Homogenitas Data

Selain uji normalitas, peneliti juga melakukan uji homogenitas untuk mengetahui apakah varians data dari populasi penelitian bersifat seragam (homogen) atau tidak. Uji ini penting dilakukan sebagai syarat dalam analisis statistik inferensial agar kesimpulan yang ditarik memiliki tingkat akurasi yang tinggi. Kriteria pengambilan keputusan dalam uji homogenitas ini dilakukan dengan melihat nilai signifikansi (Sig.); jika nilai Sig. lebih besar dari 0,05 maka kelompok data dinyatakan memiliki varians yang homogen, sedangkan jika nilai Sig. lebih kecil dari 0,05 maka varians data dinyatakan tidak homogen. Adapun hasil uji homogenitas dengan bantuan program SPSS diketahui bahwa nilai

signifikansi (Sig.) untuk variabel kecepatan lari adalah sebesar 0,160. Karena nilai signifikansi tersebut lebih besar dari 0,05 ($0,160 > 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa data penelitian ini memiliki varians yang homogen. Dengan terpenuhinya syarat normalitas dan homogenitas, maka pengujian hipotesis menggunakan analisis korelasi *Pearson Product Moment* dapat segera dilakukan untuk melihat hubungan antar variabel penelitian.

5. Hasil Uji Koefisiensi Korelasi Data

Dalam menginterpretasikan hasil analisis ini, peneliti menetapkan kriteria pengambilan keputusan berdasarkan nilai signifikansi atau *p-value* yang dihasilkan dari pengolahan data; apabila nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) $< 0,05$, maka dapat dinyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kecepatan lari dengan keterampilan *shooting*, sehingga hipotesis penelitian diterima. Sebaliknya, apabila nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) $> 0,05$, maka dinyatakan tidak terdapat hubungan yang signifikan di antara kedua variabel tersebut. Adapun hasil perhitungan statistik mengenai koefisiensi korelasi dengan bantuan program SPSS diperoleh nilai koefisien korelasi (*r*) sebesar -0,979 dengan nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar $< ,001$. Karena nilai signifikansi $< ,001$ lebih kecil dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kecepatan lari dengan keterampilan *shooting* sepak bola pada siswa kelas V-VI SD Negeri 53 Banda Aceh.

KESIMPULAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dengan tingkat korelasi yang sangat kuat antara kecepatan lari terhadap keterampilan *shooting* sepak bola pada siswa kelas V-VI SD Negeri 53 Banda Aceh. Hal ini dibuktikan dengan perolehan nilai koefisien korelasi sebesar -0,979 dan nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar $< 0,001$ yang lebih kecil dari taraf signifikansi 0,05, sehingga hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima. Arah hubungan negatif pada hasil statistik tersebut menunjukkan bahwa semakin cepat waktu tempuh lari siswa (semakin kecil angka detiknya), maka akan semakin tinggi pula tingkat akurasi dan keterampilan *shooting* yang dihasilkan, yang menegaskan bahwa komponen fisik kecepatan merupakan salah satu faktor penentu yang sangat vital dalam mendukung keberhasilan teknik menendang bola ke gawang secara efektif.

DAFTAR PUSTAKA

- Amir, T. L., Mustakim, B., & Maratis, J. (2020). Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai Dengan Kecepatan Berlari Pada Pemain Sepak Bola. *Indonesian Journal of Physiotherapy Research and Education*, 1(1).
- Aras, A. (2021). Teknik Shooting Dalam Sepakbola. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 10(1), 6–12.
- Arikunto, Suharsimi. 2017. *Prosedur Penelitian Suatu Penelitian Praktis*. Penerbit: Rineka Cipta, Jakarta.
- Elkadiowanda, I., Yulifri, Y., Darni, D., & Zarwan, Z. (2019). tinjauan tentang kondisi fisik pemain sepakbola sekolah menengah pertama pembangunan laboratorium Universitas Negeri Padang. *Jurnal JPDO*, 2(6), 6-10.
- Istofian, R. S., & Amiq, F. (2016). Metode Drill untuk Meningkatkan Teknik Menendang Bola (Shooting) Dalam Permainan Sepakbola Usia 13-14 Tahun. *Jurnal Kepelatihan Olahraga*, 1(1), 105–113.
- Kurniawan, D., Nurrochmah, S., & Paulina, F. H. (2016). Hubungan Antara Kecepatan Lari Dengan Kemampuan Menggiring Bola Sepak Pada Siswa Usia 13-14 Tahun Ssb Unibraw 82 Malang. *Universitas Negeri Malang*, 26(2), 381–397.
- Lamungga, P., Iqbal, M., & Alsaudi, A. T. (2020, December). Keterampilan Shooting Bola pada Permainan Sepakbola Menggunakan Metode Bagian. In *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan STKIP Kusuma Negara III* (pp. 8-14).
- Sanusi, Y. A., Permadi, A. A., & Sonjaya, A. R. (2022). Hubungan Kecepatan Lari Terhadap Keterampilan Shooting Pada Pemain Sekolah Sepak Bola Hafizh. *Universitas Negeri Padan*, 22, 17–25.
- Santoso, Y., & Hadiwono, A. (2019). Rumah Wisata Bulutangkis. *Jurnal Sains, Teknologi, Urban, Perancangan, Arsitektur (Stupa)*, 1(1), 556-562.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: ALFABETA.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta, CV.
- Wahyudi, W. Johor, Z (2020). Hubungan Keseimbangan Dan Kelincahan Dengan Hasil Dribbling Pemain Sepakbola Sekolah Menengah Atas Negeri 9 Padang. *Sport Science*, 20(1), 48-57.