

## **HUBUNGAN KOORDINASI MATA KAKI DAN PERCAYA DIRI TERHADAP AKURASI SHOOTING SEPAK BOLA**

Jufrianis<sup>1</sup>, Ardi Wardana Putra<sup>2</sup>, Iska Noviardila<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan & Rekreasi,  
Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, Bangkinang, Kampar  
Riau, Indonesia

e-mail: [Jufrianis@universitaspahlawan.ac.id](mailto:Jufrianis@universitaspahlawan.ac.id), [Wardana9966@gmail.com](mailto:Wardana9966@gmail.com),  
[noviardila92@gmail.com](mailto:noviardila92@gmail.com)

### **Abstrak**

Penelitian ini didasari karena tidak maksimalnya keterampilan *shooting* sepakbola tim sepakbola SMAN 1 Kampar Utara. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui seberapa besar hubungan antara koordinasi mata kaki dan percaya diri terhadap akurasi *shooting* tim sepakbola SMAN 1 Kampar Utara. Metode penelitian menggunakan pendekatan korelasional dengan populasi penelitian adalah tim sepakbola SMAN 1 Kampar Utara. Sampel penelitian sebanyak 24 orang yang diambil menggunakan teknik total sampling. Data koordinasi mata-kaki dikumpulkan dengan tes menggunakan *soccer wall volley test*, kepercayaan diri menggunakan angket sedangkan akurasi *shooting* menggunakan tes *shooting* ke sasaran. Hasil penelitian menunjukkan (1) terdapat hubungan yang sangat kuat sebesar 0,819 antara koordinasi mata-kaki terhadap akurasi *shooting*, (2) percaya diri memiliki hubungan yang kuat sebesar 0,781 terhadap akurasi *shooting*, dan (3) terdapat hubungan yang kuat sebesar 0,703 antara koordinasi mata-kaki dan percaya diri terhadap akurasi *shooting*. Dapat disimpulkan bahwa koordinasi mata-kaki dan percaya diri secara bersama-sama memiliki hubungan yang signifikan terhadap hasil akurasi *shooting* tim sepakbola SMAN 1 Kampar Utara.

**Kata kunci** : koordinasi mata-kaki, percaya diri, akurasi, *shooting*, sepakbola

### **Abstract**

*This research was based on the fact that the soccer shooting skills of the SMAN 1 Kampar Utara soccer team were not optimal. The aim of this research is to find out how big the relationship between eye-foot coordination and self-confidence is in the shooting accuracy of the SMAN 1 Kampar Utara football team. The research method uses a correlational approach with the research population being the SMAN 1 Kampar Utara football team. The research sample was 24 people taken using total sampling technique. Eye-foot coordination data was collected using a soccer wall volleyball test, self-confidence using a questionnaire, while shooting accuracy using a target shooting test. The results of the research show (1) there is a very strong relationship of 0.819 between eye-foot coordination and shooting accuracy, (2) self-confidence has a strong relationship of 0.781 to shooting accuracy, and (3) there is a strong relationship of 0.703 between eye coordination, -foot and confidence in shooting accuracy. It can be concluded that eye-foot coordination and self-confidence together have a significant relationship to the shooting accuracy results of the SMAN 1 Kampar Utara football team.*

**Keywords** : eye-foot coordination, self-confidence, accuracy, shooting, soccer

## **PENDAHULUAN**

Olahraga sepakbola menjadi salah satu olahraga yang digemari di seluruh dunia. Permainan sepakbola merupakan permainan beregu, yang masing-masing regunya terdiri dari sebelas pemain yang salah satunya sebagai penjaga gawang. Permainan ini menggunakan hampir seluruh anggota tubuh untuk bermain kecuali tangan (khusus penjaga gawang boleh menggunakan kedua tangannya, namun di daerah gawang)

(Pratama & Anam, 2023). Untuk dapat bermain sepakbola yang baik, para pemain perlu menguasai beberapa teknik dasar diantaranya *dribbling*, *passing*, *controlling throw-in* serta *shooting*. Sepak bola adalah olahraga yang memerlukan keterampilan teknis yang tinggi, termasuk kemampuan untuk melakukan *shooting* dengan akurat. Keterampilan *shooting* sangat diperlukan dalam upaya mencetak gol dan meraih kemenangan.

*Shooting* yang akurat merupakan kunci untuk mencetak gol, yang pada gilirannya dapat menentukan hasil akhir suatu pertandingan (Sari & Gazali, 2020). Mengingat begitu pentingnya teknik *shooting*, seorang pemain sepakbola harus dapat menguasai teknik tersebut. Hasil observasi yang dilakukan pada tim sepakbola SMAN 1 Kampar Utara menunjukkan bahwa keterampilan *shooting* belum maksimal. Hal ini dilihat dari sulitnya tim SMAN 1 Kampar Utara mencetak gol dalam beberapa pertandingan. Dalam upaya meningkatkan akurasi *shooting*, penelitian tentang faktor-faktor yang memengaruhi kinerja *shooting* menjadi semakin penting (Afrinaldi et al., 2021). Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi akurasi *shooting* seperti penguasaan teknik yang baik, kemampuan fisik seperti akurasi, kecepatan, daya ledak otot tungkai, keseimbangan dan koordinasi mata-kaki (Putra et al., 2023). Hal lain yang mempengaruhi akurasi *shooting* adalah keterampilan mental pemain seperti konsentrasi dan kepercayaan diri (Reni, 2023).

Ketepatan *shooting* mencakup kemampuan untuk mengarahkan bola ke titik yang diinginkan pada gawang lawan, dan hal ini dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti postur tubuh, posisi kaki, sudut pandang, dan konsentrasi mental (Wijaya & Gazali, 2023). Oleh karena itu, pemahaman mendalam mengenai faktor-faktor yang berkorelasi dengan ketepatan *shooting* dapat memberikan kontribusi signifikan terhadap pengembangan keterampilan *shooting* pada pemain sepakbola. Salah satu faktor yang mempengaruhi akurasi *shooting* adalah koordinasi antara mata dan kaki. Koordinasi mata kaki yang baik memungkinkan pemain untuk mengatur pergerakan dan arah *shooting* dengan lebih presisi (Zirzis & Mubarak, 2021). Namun, meskipun pentingnya koordinasi ini diakui, di SMAN 1 Kampar Utara belum pernah dilakukan penelitian khusus mengeksplorasi hubungannya dengan akurasi *shooting* dalam konteks permainan sepak bola.

Selain kemampuan fisik dan teknik, ada faktor psikologis yang mempengaruhi tingkat akurasi *shooting* pemain salah satunya adalah tingkat kepercayaan diri. Kepercayaan diri adalah perasaan yang berisi kekuatan, kemampuan, dan keterampilan untuk melakukan atau menghasilkan sesuatu yang dilandasi keyakinan untuk sukses (Febriyani et al., 2020). Percaya diri yang tinggi dapat meningkatkan kinerja pemain secara signifikan, terutama dalam situasi krusial seperti melakukan *shooting*. Pemain yang percaya diri cenderung lebih berani dalam mengambil keputusan teknis, termasuk saat melakukan *shooting*.

Berdasarkan hal tersebut maka dalam penelitian ini akan mengkaji hubungan antara koordinasi mata kaki dan percaya diri terhadap akurasi *shooting* tim sepakbola SMAN 1 Kampar Utara. Penelitian ini bertujuan untuk mengisi kesenjangan pengetahuan ini dengan eksplorasi hubungan antara koordinasi mata kaki, tingkat percaya diri, dan akurasi *shooting* dalam permainan sepak bola. Dengan pemahaman yang lebih mendalam tentang faktor-faktor ini, diharapkan dapat memberikan pandangan baru yang berguna bagi pelatih, pemain, dan peneliti dalam upaya meningkatkan kinerja dalam aspek kunci dalam permainan sepak bola.

## **METODE**

Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian korelasi. Sampel penelitian adalah seluruh anggota tim sepakbola SMAN 1 Kampar Utara yang diambil dengan menggunakan teknik *total sampling*. Data

dikumpulkan dengan tes dan non-tes. Instrumen koordinasi mata-kaki menggunakan tes *soccer wall volley test*, percaya diri menggunakan angket, dan akurasi *shooting* menggunakan tes *shooting* ke sasaran. Selanjutnya untuk analisis data dilakukan dengan melakukan uji prasyarat yaitu uji normalitas dan uji linearitas, serta dan uji hipotesis menggunakan uji korelasi sederhana menggunakan product moment dan uji korelasi berganda. Semua analisis data yang dilakukan menggunakan bantuan SPSS 24.0

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Sebelum dilakukan uji hipotesis, maka terlebih dahulu dilakukan uji prasyarat yaitu uji homogenitas dan uji linearitas. Berikut adalah hasil uji homogenitas menggunakan kolmogorov smirnov

**Tabel 1. Uji Normalitas**

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		24
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	5.49968115
	Absolute	.122
Most Extreme Differences	Positive	.090
	Negative	-.122
	Kolmogorov-Smirnov Z	.598
Asymp. Sig. (2-tailed)		<b>.867</b>

Pada tabel 1 dapat diketahui bahwa nilai signifikansi adalah  $0.867 > 0,05$  sehingga dapat disimpulkan bahwa data berasal dari populasi yang berdistribusi normal.

**Tabel 2. Uji Homogenitas**

		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Akurasi Shooting	Based on Mean	.576	1	18	<b>.458</b>
	Based on Median	.244	1	18	.627
	Based on Median and with adjusted df	.244	1	15.280	.628
	Based on trimmed mean	.532	1	18	.475

Berdasarkan tabel 2 hasil uji homogenitas diketahui nilai signifikansi  $0,458 > 0,05$ , maka dapat disimpulkan bahwa variable berdistribusi homogenitas.

**Tabel 3. Uji Linearitas**

			ANOVA Table				
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Akurasi Shooting * Percaya Diri	Between Groups	(Combined)	30.750	14	2.196	.316	.974
		Linearity	.334	1	.334	.048	.831
		Deviation from Linearity	30.416	13	2.340	.336	.963
	Within Groups		62.583	9	6.954		
Total			93.333	23			

Berdasarkan tabel 3 tentang hasil uji linearitas menggunakan *anova tabel*, dapat dilihat nilai hasil sig pada hasil belajar *passing* bawah yaitu  $0,963 > 0,05$ . Maka dapat disimpulkan data berdistribusi linear.

Karena telah memenuhi uji normalitas, uji homogenitas dan uji linearitas. Langkah selanjutnya adalah melakukan uji hipotesis. Hasil uji hipotesis dapat dilihat pada tabel 4 berikut.

**Tabel 4. Hubungan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Akurasi Shooting**

		<b>Correlations</b>	
		Koordinasi Mata-Kaki	Akurasi Shooting
Koordinasi Mata-Kaki	Pearson Correlation	1	.819
	Sig. (2-tailed)		.049
	N	24	24
Akurasi Shooting	Pearson Correlation	.819	1
	Sig. (2-tailed)	.049	
	N	24	24

Pada tabel 4 diketahui hasil sig 0,049 < 0,05 yang berarti ada hubungan antara koordinasi mata kaki terhadap akurasi *shooting* dengan koefisien korelasi 0,819 yang menunjukkan hubungan yang sangat kuat. Langkah selanjutnya adalah melakukan uji hipotesis tentang hubungan percaya diri terhadap akurasi *shooting* tim Sepakbola SMAN 1 Kampar Utara seperti pada tabel 5 berikut.

**Tabel 5. Hubungan Percaya Diri Terhadap Akurasi Shooting**

		<b>Correlations</b>	
		Percaya Diri	Akurasi Shooting
Percaya Diri	Pearson Correlation	1	.781
	Sig. (2-tailed)		.040
	N	24	24
Akurasi Shooting	Pearson Correlation	.781	1
	Sig. (2-tailed)	.040	
	N	24	24

Pada tabel 5 diketahui hasil sig 0,040 < 0,05 yang berarti ada hubungan antara koordinasi mata kaki terhadap akurasi *shooting* dengan koefisien korelasi 0,781 yang menunjukkan hubungan yang kuat. Langkah berikutnya adalah melakukan uji regresi berganda untuk mengetahui hubungan koordinasi mata-kaki dan percaya diri terhadap akurasi *shooting* tim Sepakbola SMAN 1 Kampar Utara seperti pada tabel 6 berikut.

**Tabel 6. Hubungan Koordinasi Mata-Kaki dan Percaya Diri Terhadap Akurasi Shooting**

<b>Model Summary</b>									
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics				
					R Square Change	F	df1	df2	Sig. F Change
1	.703 <sup>a</sup>	.005	-.090	2.10297	.005	.052	2	21	.004

a. Predictors: (Constant), Percaya Diri, Koordinasi Mata-Kaki

Tabel 6 menunjukkan bahwa nilai sig F Change sebesar 0,004 < 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa variabel koordinasi mata-kaki (X1) dan percaya diri (X2) secara bersama-sama memiliki hubungan signifikan terhadap akurasi *shooting* (Y) secara simultan. Nilai R (Koefisien Korelasi) sebesar 0,703 maka disimpulkan tingkat

hubungan antara variabel koordinasi mata-kaki (X1) dan percaya diri (X2) terhadap akurasi *shooting* (Y) secara simultan memiliki hubungan yang kuat.

### **Pembahasan**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara koordinasi mata-kaki terhadap akurasi *shooting* tim sepakbola SMAN 1 Kampar Utara. Koordinasi mata-kaki yang baik memungkinkan pemain untuk mengarahkan dan menargetkan bola dengan lebih tepat ke arah yang diinginkan. Mata memandu pemain untuk mengetahui posisi bola dan sasaran yang diincar, sedangkan kaki mengeksekusi gerakan untuk meluncurkan bola menuju target tersebut. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Mora et al., (2021) yang menyebutkan ada hubungan yang kuat antara koordinasi mata-kaki dengan ketepatan menembak (*shooting*) atlet futsal putri. Serta terdapat hubungan secara bersama antara kecepatan lari, power otot tungkai dan koordinasi mata-kaki terhadap akurasi *shooting* pada pemain futsal (Defiyanida et al., 2023). Selain pada kemampuan menembak, koordinasi mata-kaki juga sangat diperlukan pada teknik sepakbola lainnya seperti keterampilan *passing*. Penelitian dari Septiadi & Candra (2024) menunjukkan bahwa koordinasi mata-kaki berkontribusi sebesar 11% terhadap *passing* dan *stopping* permainan futsal pada siswa ekstrakurikuler di SMA Negeri 10 Pekanbaru. Dan penelitian dari Zulkifli (2024) menunjukkan bahwa koordinasi mata-kaki memberikan kontribusi sebesar 44,09% terhadap keterampilan *Dribble* Pemain Futsal IPMKN-P

Hasil uji hipotesis kedua menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara percaya diri dengan akurasi *shooting* tim sepakbola SMAN 1 Kampar Utara. Tingkat kepercayaan diri sangat berhubungan dengan kinerja. Pemain yang percaya diri cenderung lebih tenang dan fokus saat melakukan *shooting*, yang memungkinkan mereka untuk mengambil keputusan dengan lebih baik dan mengeksekusi gerakan dengan lebih baik pula. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Rizky, (2020) yang menemukan bahwa ada hubungan yang positif antara percaya diri dengan keterampilan *shooting* pemain sepakbola. *Shooting* dalam situasi pertandingan bisa menjadi momen yang sangat menentukan, terutama dalam situasi-situasi yang krusial seperti tendangan penalti atau peluang emas di depan gawang. Percaya diri yang tinggi membantu pemain untuk tetap tenang dan mengatasi tekanan, sehingga memungkinkan mereka untuk menjalankan *shooting* dengan lebih baik tanpa terpengaruh oleh faktor-faktor eksternal.

Hasil uji hipotesis ketiga menunjukkan bahwa ada hubungan yang kuat antara koordinasi mata-kaki dan percaya diri terhadap akurasi *shooting* sepakbola. Mata-kaki yang terkoordinasi dengan baik memungkinkan pemain untuk merespons dengan cepat terhadap situasi yang berkembang di lapangan, sementara tingkat percaya diri yang tinggi membantu mereka untuk tetap tenang dan fokus dalam situasi-situasi krusial seperti tendangan bebas atau tendangan penalti. Penelitian yang dilakukan oleh Jumaking (2020) menunjukkan bahwa ada pengaruh koordinasi mata kaki melalui percaya diri terhadap kemampuan *shooting* ke gawang dalam permainan sepakbola pada siswa SMAN 2 Kolaka. Ketika koordinasi mata-kaki dan percaya diri bekerja secara bersama-sama, pemain cenderung memiliki kinerja yang lebih konsisten dalam *shooting*. Koordinasi yang baik membantu membangun kebiasaan gerakan yang tepat dan efektif, sementara percaya diri yang tinggi memastikan bahwa pemain dapat mengulangi gerakan tersebut dengan konsistensi tinggi dalam berbagai situasi pertandingan.

### **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang telah dikemukakan, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan yang sangat kuat antara koordinasi mata-kaki terhadap akurasi *shooting* tim sepakbola SMAN 1 Kampar Utara
2. Terdapat hubungan yang kuat antara percaya diri terhadap akurasi *shooting* tim sepakbola SMAN 1 Kampar Utara
3. Secara bersama koordinasi mata kaki dan percaya diri memiliki hubungan yang kuat terhadap akurasi *shooting* tim sepakbola SMAN 1 Kampar Utara

#### **SARAN**

Berdasarkan kesimpulan terdapat beberapa saran yang bisa dilakukan bagi peneliti selanjutnya ;

1. Jika akan dilakukan penelitian lebih lanjut guru pendidikan jasmani bisa memberikan *treatment* dalam keterampilan *shooting* dan menjaga keseimbangan siswa menjadi lebih baik.
2. Untuk penelitian selanjutnya bisa menggunakan instrumen dan sampel yang di kembangkan menjadi lebih baik.

#### **UCAPAN TERIMAKASIH**

Terima kasih kepada Allah Swt karena atas rahmat dan hidayah - Nya Penulis bisa menyelesaikan artikel penelitian ini, terima kasih juga kepada kedua orang tua saya yang selalu memberikan suport tidak lupa juga dosen - yang telah membimbing dan motivasi terhadap kelancaran penelitian ini. Tak lupa juga kepada teman – teman seangkatan yang telah bersedia sebagai sampel dalam penelitian ini. Penulis menyadari bahwa tulisan ini juga perlu disempurnakan, sehingga kritik dan saran diharapkan untuk tulisan ini. Akhir kata semoga penelitian ini dapat berguna bagi semua pihak yang membaca dan memanaatkan tulisan ini dengan sebagai mestinya.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Afrinaldi, D., Yenes, R., Nurmai, E., & Rasyid, W. (2021). Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai, Koordinasi Mata-Kaki dan Keseimbangan terhadap Akurasi Shooting Sepakbola. *Jurnal Patriot*, 3(4), 373–386.
- Defiyanida, H., Prayoga, H. D., & Habibie, M. (2023). The relationship between 20 meter running speed, foot eye coordination, and leg muscle explosive power on the shooting accuracy ability of female futsal athletes at hulu sungai selatan family futsal academy. *Journal Activator*, 1(3), 20–26.
- Febriyani, T., Kurniawan, F., & Effendi, R. (2020). Kepercayaan Diri Siswa dalam Pembelajaran Lompat Harimau. *Jurnal Altius*, 9(2), 92–99.
- Jumaking, J. (2020). Pengaruh daya ledak tungkai, koordinasi mata kaki dan percaya diri terhadap kemampuan shooting ke gawang dalam permainan sepakbola pada siswa Sman 2 Kolaka. *Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 4(1), 122–131.
- Mora, L., Firlando, R., & Salman, E. (2021). Hubungan Koordinasi Mata Kaki dengan Ketepatan Shoting Ke Gawang SSB Silampari Kota Lubuklinggau. *Silampari Journal Sport*, 1(2), 9–17.
- Pratama, A. K., & Anam, K. (2023). Variasi indeks massa tubuh pemain PS POP Bhayangkara Muda Semarang 2022 berdasarkan posisi bermain. *Sepakbola*, 3(1), 8–13.
- Putra, T. S., Arwandi, J., Irawan, R., & Yendrizal, Y. (2023). Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai, Keseimbangan Dan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Kemampuan Shooting. *Gladiator*, 3(1), 16–32.
- RENI, S. (2023). *ANALISIS PERSIAPAN MENTAL DAN KEPERCAYAAN DIRI PEMAIN FUTSAL PUTRI IKIP PGRI PONTIANAK SEBELUM KOMPETISI*. IKIP

PGRI PONTIANAK.

- Rizky, E. (2020). Analysis Of Soccer Shooting Skills: Effects Of Power And Self-Confidence Athletes.: Analisis Keterampilan Shooting Sepak Bola: Peran Dari Kekuatan Dan Rasa Percaya Diri Atlet. *Inspiree*, 1(1), 16–23.
- Sari, M., & Gazali, N. (2020). Penelitian Tindakan Kelas: Meningkatkan kemampuan teknik dasar shooting sepakbola melalui metode bagian. *Edu Sportivo: Indonesian Journal of Physical Education*, 1(1), 16–24.
- Septiadi, N. R., & Candra, A. (2024). Kontribusi Koordinasi Mata-Kaki dan Kekuatanotot Tungkai Terhadap Passing dan Stopping Permainan Futsal Pada Siswa Ekstrakurikuler Di SMA Negeri 10 Pekanbaru. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 4(1), 7986–7997.
- Wijaya, I., & Gazali, N. (2023). Konsentrasi dengan ketepatan shooting sepakbola: Analisis korelasi pada siswa ekstrakurikuler. *Journal Research of Sports and Society*, 2(1), 8–13.
- Zirzis, F., & Mubarak, M. Z. (2021). Hubungan Koordinasi Mata Dan Kaki Dengan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Keterampilan Long Passing Sepak Bola. *Jurnal Kependidikan Jasmani Dan Olahraga*, 2(2), 18–24.
- Zulkifli, Z. (2024). Kontribusi Kelincahan dan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Keterampilan Dribble Pemain Futsal IPMKN-P. *Integrated Sport Journal (ISJ)*, 2(1), 44–54.