



Analisis Gerak Teknik Menendang Bola Dengan Kaki Bagian Dalam Pada Atlet Putra Penjaga Gawang Indoor Hockey Project Hockey Now Tahun 2020

Analysis of the Drag Flick Technique in the Indoor Hockey Game in the 2020 PON Papua Regional Youth Athletes in 2020

Inggrid Margaretha Sitorus¹, Nustan Hasibuan²

¹² **Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Medan**

Email: inggridmargaretha22@gmail.com

ABSTRAK

Teknik Menendang Bola Dengan Kaki Bagian Dalam Pada Atlet Putra Penjaga Gawang *Indoor Hockey Project Hockey Now Tahun 2020*. Indikator penilaian pada penelitian ini yaitu mengetahui kemampuan teknik menendang bola menggunakan kaki bagian dalam yang terdiri dari awalan, pelaksanaan dan gerakan lanjutan. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kualitatif, yang menjelaskan keadaan yang sebenarnya dan cenderung memberikan hasil data dari pada teori. Untuk menganalisis data, setiap atlet akan melaksanakan teknik menendang bola menggunakan kaki bagian dalam dan peneliti akan mengaplikasikan dengan menggunakan aplikasi *software dartfish* dan ahli *hockey* kemudian membandingkan pada atlet nasional. Hasil penelitian berdasarkan aplikasi *software dartfish* persentase tingkat keberhasilan pada penelitian ini yaitu dalam kategori kurang sekali. Persentase keberhasilan yang telah dianalisis menggunakan *software dartfish* pada tahap posisi awalan ketegori baik sekali (18,75%), Baik (9,375%), Kurang (15,625%), kurang sekali (56,25%). Berdasarkan kesimpulan persentase di atas maka hasil keberhasilan teknik menendang bola dengan kaki bagian dalam pada atlet putra penjaga gawang *indoor hockey Project Hockey Now tahun 2020* yang diteliti masih perlu untuk melakukan perbaikan dari bagian-bagian posisi keadaan tubuh saat melakukan gerakan menendang bola dengan kaki bagian dalam untuk mendapatkan peningkatan prestasi dari segi kebenaran gerak.

Kata Kunci: *Analisis, Teknik, Hockey, Menendang Kaki Bagian Dalam*

ABSTRACT

Technique of Kicking the Ball with the Inner Foot in the Male Athlete of the Indoor Hockey Project Hockey Now Goalkeeper 2020. The assessment indicator in this study was to determine the technical ability to kick the ball using the inside of the foot consisting of prefix, execution and follow-up movement. The research method used is a qualitative method, which explains the actual situation and tends to provide data results rather than theory. To analyze the data, each athlete will implement the technique of kicking the ball using the inside of the foot and the researcher will apply it using a *dartfish software* application and a *hockey expert* then compare it to national athletes. The results of the research based on the application of the *dartfish software*, the percentage of success in this study is in the very poor category. The percentage of success that has been analyzed using *Darfish software* at the stage of the prefix position in the category is very good (18.75%), Good (9.375%), Less (15.625%), very less (56.25%). Based on the conclusion of the percentage above, the results of the successful technique of kicking the ball with the inside of the male athlete of the indoor hockey goalkeeper Project Hockey Now in 2020 which are studied still

need to make improvements to the parts of the body position when kicking the ball with the inside of the foot. to get an increase in performance in terms of the truth of motion.

Keywords: Analysis, Technique, Hockey, Kicking The Inner Leg

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan aktivitas fisik yang terencana dan struktur yang melibatkan gerakan tubuh berulang-ulang dan ditunjukkan untuk meningkatkan kebugaran jasmani (Alan Alfiansyah Putra Karo-Karo, 2018). Tercapainya prestasinya dalam olahraga merupakan usaha yang dilakukan melalui pembinaan di usia dini baik dari kemampuan teknik, strategi dan mental melalui pendekatan ilmiah. Untuk mendapatkan prestasi di bidang olahraga yang digeluti di harapkan mendapatkan ilmu pengetahuan dan teknologi yang kegunaannya tepat. Banyak cabang olahraga yang sifatnya kelompok dan sebagian merupakan cabang olahraga permainan yang dimainkan secara tim, seperti hoki, sepak bola, basket, bola voli, dan lain sebagainya (Hafidz et al., 2021).

Hockey merupakan salah satu cabang olahraga tim, setiap pemain menggunakan alat yang disebut *stick* untuk menahan, membawa, dan memukul bola sesuai dengan peraturan yang sudah ditetapkan, olahraga ini dimainkan oleh dua regu yang berusaha memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dari daerah lingkungan

tembak (*circle*), dan mempertahankan gawang sendiri agar bola lawan tidak masuk kedalam gawang sendiri. Permainan ini akan berhenti jika terjadi pelanggaran atau bola keluar dari lapangan permainan dan terciptanya sebuah gol ke gawang lawan.

Penjaga gawang adalah pemain dengan keterampilan khusus di bandingkan pemain lain yang bertugas mencegah bola masuk ke gawang. Penjaga gawang umumnya memiliki kemampuan yang mutlak dibutuhkan seperti refleks yang baik, kecepatan pada saat menghalau bola yang datang dari serangan lawan. Bermain sebagai penjaga gawang, harus dapat menghalau semua jenis *shot* ke arah gawang.

Dalam *indoor hockey* penjaga gawang harus dapat berdiri dan bergerak digawang, dengan menggunakan alat-alat penjaga gawang seperti *kickers, leg guards, glove, stick, dan helmet*. Penjaga gawang memerlukan kemahiran menggunakan kaki, tangan, badan dan stik saat bermain. Seorang penjaga gawang juga harus memiliki kekuatan, kecepatan, kelentukan, koordinasi mata-tangan, keseimbangan, konsentrasi, keyakinan, ketenangan, kepemimpinan dan kerja sama tim. Dalam permainan hoki

seorang penjaga gawang dituntut untuk bisa menguasai teknik dasar penjaga gawang antara lain: *Block save, Lunge save, Dive save, Aerial save, Punch clear/Sliding* dan *split save*. Masing-masing teknik dasar mempunyai fungsi dan tujuan berbeda-beda.

Dalam pengamatan dan wawancara tersebut peneliti mengamati secara langsung tanpa dibantu alat rekaman. Calon peneliti berkeinginan menganalisis gerak teknik menendang dengan kaki bagian dalam dengan merekam menggunakan alat rekaman sehingga dapat dianalisis menggunakan *software darfst* untuk mendapatkan analisa yang lebih teliti. Sehingga mendapatkan rekomendasi tentang posisi tubuh saat akan melakukan tendangan, posisi tubuh pada saat melakukan tendangan, pandangan mata terhadap arah datangnya bola, sudut kaki, jarak antara kedua kaki dan posisi tubuh saat selesai menendang bola.

Keuntungan tersebut yaitu dapat mengarahkan bola dan cendrung hasil pantulan dari *kickers* tidak naik, permukaan *kickers* bagian dalam mempunyai bidang yang luas dan datar.

METODE PENELITIAN

Penelitian telah dilaksanakan di lapangan serbaguna Universitas Negeri Medan (UNIMED) Jln. Wiliam Iskandar

Pasar V Medan Estate. Dalam penelitian ini, penulis menggunakan metode penelitian yang cocok dengan tujuan penelitian ini adalah penelitian kualitatif (Mustofa et al., 2019). Alasan peneliti memilih jenis penelitian ini adalah karena penelitian ini lebih condong pada data, fakta dan objek yang diteliti sehingga hasil yang diperoleh dari penelitian ini adalah berupa data dan fakta lapangan, bukan teori.

Dalam pelaksanaan penelitian ini supaya hasilnya valid dan dapat dipertanggung jawabkan, maka dalam penelitian ini dibantu oleh tenaga ahli, yaitu satu orang tenaga ahli di bidang *hockey indoor*. Instrumen yang digunakan menggunakan *Expert Judgement* (Oktawirawan, 2020).

Pengumpulan data pada penelitian deskriptif kualitatif menggunakan pengumpulan data yang dilakukan pada kondisi yang alamiah, sumber data primer, dan teknik pengumpulan data lebih banyak pada observasi berperan serta, wawancara, dan dokumentasi, untuk menganalisa gerak menendang bola menggunakan kaki bagian dalam, peneliti menggunakan metode dokumentasi sebagai metode pengumpulan data, dan video rekaman berupa hasil pengambilan gambar sebagai alat pengumpul datanya.

Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah data yang berjenis kualitatif, peneliti memberi table yang dilengkapi dengan persentasi (Fatmala et al., 2018). Dari hasil tabel dan persentasi yang didapat, maka pembaca mengetahui lebih detail hasil penelitian yang diperoleh.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian dilakukan di lapangan serbaguna Universitas Negeri Medan (UNIMED) Jln. William Iskandar Pasar V Medan Estate. Pada tanggal 7 Agustus 2020, jumlah atlet yang menjadi sampel pada penelitian ini sebanyak 2 orang. Memperoleh data pada penelitian ini menggunakan *software dartfish* dengan cara membandingkan atlet nasional sebagai pembanding dan melalui penelitian analisis ahli olahraga *hockey* untuk kebenaran gerak.

Berdasarkan data yang sudah dibuat dapat disimpulkan bahwa data atlet yang telah dianalisis menggunakan *software dartfish* didapatkan hasil menendang menggunakan kaki kanan bagian dalam posisi awalan dalam kategori kurang sekali, pada posisi pelaksanaan dalam kategori kurang sekali pada posisi gerak lanjutan dalam kategori kurang sekali.

Hasil penilaian dari ahli olahraga *hockey* setelah dilakukan analisis didapatkan

hasil pada posisi awalan kategori kurang sekali, pada posisi pelaksanaan dalam kategori kurang sekali pada posisi gerak lanjutan dalam kategori kurang sekali dari hasil kategori-kategori tersebut maka disarankan agar atlet memperbaiki komponen-kompenen yang masih dalam kategori kurang agar dapat memperoleh keberhasilan yang lebih baik dari segi kebenaran gerak.

Berdasarkan data maka dapat disimpulkan bahwa data atlet yang telah dianalisis menggunakan *software dartfish* didapatkan hasil menendang menggunakan kaki kiribagian dalam posisi awalan dalam kategori kurang sekali, pada posisi pelaksanaan dalam kategori kurang sekali, pada posisi gerak lanjutan dalam kategori kurang sekali.

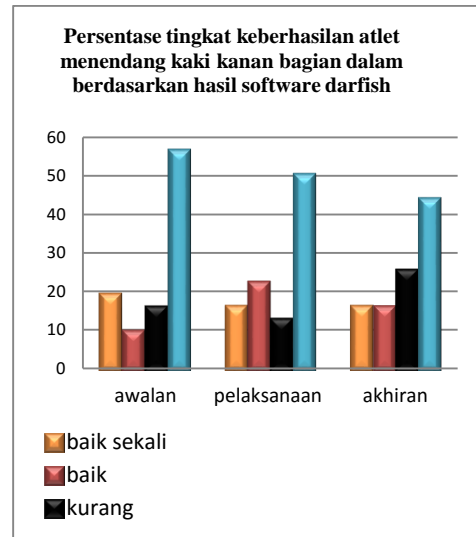
Hasil penilaian dari ahli olahraga *hockey* setelah dilakukan analisis didapatkan hasil pada posisi awalan kategori kurang, pada posisi pelaksanaan dalam kategori kurang sekali, pada posisi gerak lanjutan dalam kategori kurang sekali. Dari hasil kategori-kategori tersebut maka disarankan agar atlet memperbaiki komponen-kompenen yang masih dalam kategori kurang agar dapat memperoleh keberhasilan yang lebih baik dari segi kebenaran gerak.

Hasil dari data yang telah dianalisis menggunakan *software darfish* didapatkan hasil keseluruhan menendang menggunakan kaki kanan bagian dalam peneliti membuat persentase tingkat keberhasilan kedua sampel pada penelitian ini sebagai berikut: Persentase keberhasilan yang telah dianalisis menggunakan *software darfish* pada tahap posisi awalan kategori baik sekali (18,75%), Baik (9,375%), Kurang (15,625%), kurang sekali (56,25%).

Hasil dari data yang telah dianalisis menggunakan *software darfish* didapatkan hasil keseluruhan menendang menggunakan kaki kanan bagian dalam peneliti membuat persentase tingkat keberhasilan kedua sampel pada penelitian ini sebagai berikut: Persentase keberhasilan yang telah dianalisis menggunakan *software darfish* pada tahap posisi pelaksanaan kategori baik sekali (15,625%), Baik (21,875%), Kurang (12,5%), kurang sekali (50%).

Hasil dari data yang telah dianalisis menggunakan *software darfish* didapatkan hasil keseluruhan menendang menggunakan kaki kanan bagian dalam peneliti membuat persentase tingkat keberhasilan kedua sampel pada penelitian ini sebagai berikut: Persentase keberhasilan yang telah dianalisis menggunakan *software darfish* pada tahap posisi gerak lanjutan kategori baik sekali

(15,625%), Baik (15,625%), Kurang (25%), kurang sekali (43,75%).



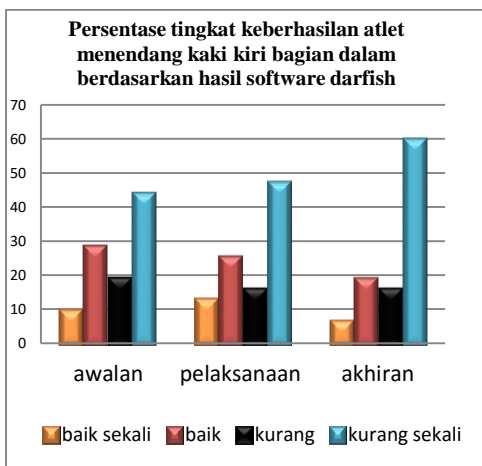
Gambar 1. Presentase Keberhasilan

Hasil dari data yang telah dianalisis menggunakan *software darfish* didapatkan hasil keseluruhan menendang menggunakan kaki kiri bagian dalam peneliti membuat persentase tingkat keberhasilan kedua sampel pada penelitian ini sebagai berikut: Persentase keberhasilan yang telah dianalisis menggunakan *software darfish* pada tahap posisi awalan kategori baik sekali (9,375%), Baik (28,125%), Kurang (18,75%), kurang sekali (43,75%).

Hasil dari data yang telah dianalisis menggunakan *software darfish* didapatkan hasil keseluruhan menendang menggunakan kaki kiribagian dalam peneliti membuat persentase tingkat keberhasilan kedua sampel pada penelitian ini sebagai berikut: Persentase keberhasilan yang telah dianalisis

menggunakan *software darfish* pada tahap posisi pelaksanaan kategori baik sekali (12,5%), Baik (25%), Kurang (15,625%), kurang sekali (46,875%).

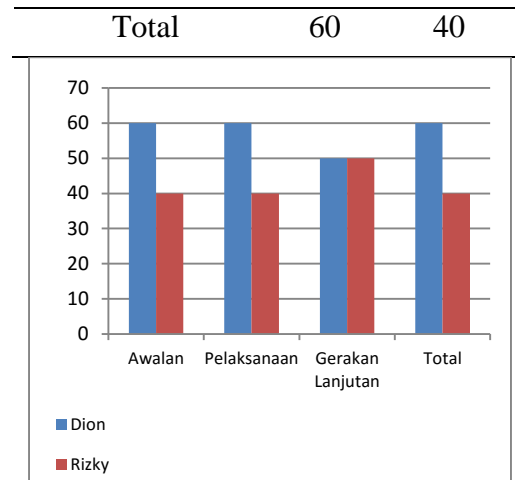
Hasil dari data yang telah dianalisis menggunakan *software darfish* didapatkan hasil keseluruhan menendang menggunakan kaki kiri bagian dalam peneliti membuat persentase tingkat keberhasilan kedua sampel pada penelitian ini sebagai berikut: Persentase keberhasilan yang telah dianalisis menggunakan *software darfish* pada tahap posisi gerak lanjutan kategori baik sekali (6,25%), Baik (18,75%), Kurang (15,625%), kurang sekali (59,375%).



Gambar 2. Persentase keberhasilan

Tabel 1. Tingkat Keberhasilan Menendang Kaki Kanan Bagian Dalam

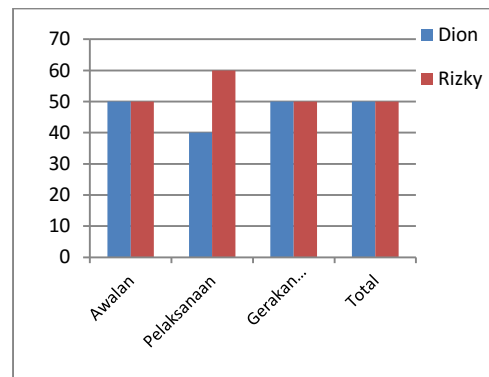
No.	Posisi	Dion (%)	Rizky (%)
1.	Awalan	60	40
2.	Pelaksanaan	60	40
3.	Gerakan Lanjutan	50	50



Gambar 3. Hasil

Tabel 2. Tingkat Keberhasilan Menendang Kaki Kiri Bagian Dalam

No.	Posisi	Dion	Rizky
1.	Awalan	50	50
2.	Pelaksanaan	40	60
3.	Gerakan Lanjutan	50	50
Total		50	50



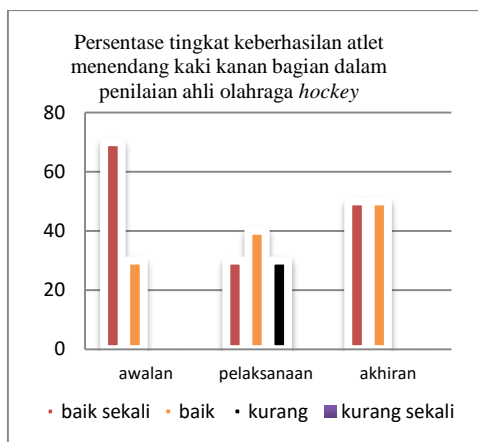
Gambar 4. Hasil

Hasil dari data atlet menendang menggunakan kaki kanan bagian dalam yang telah dianalisis oleh ahli olahraga *hockey* maka peneliti membuat persentase untuk melihat tingkat keberhasilan pada penelitian ini sebagai berikut: Persentase keberhasilan berdasarkan penilaian ahli pada tahap posisi

awalan ketegori baik sekali (70%), Baik (30%), Kurang (0%), kurang sekali (0%).

Hasil dari data atlet menendang menggunakan kaki kanan bagian dalam yang telah dianalisis oleh ahli olahraga *hockey* maka peneliti membuat persentase untuk melihat tingkat keberhasilan pada penelitian ini sebagai berikut: Persentase keberhasilan berdasarkan penilaian ahli pada tahap posisi pelaksanaan ketegori baik sekali (30%), Baik (40%), Kurang (40%), kurang sekali (0%).

Hasil dari data atlet menendang menggunakan kaki kanan bagian dalam yang telah dianalisis oleh ahli olahraga *hockey* maka peneliti membuat persentase untuk melihat tingkat keberhasilan pada penelitian ini sebagai berikut: Persentase keberhasilan berdasarkan penilaian ahli pada tahap posisi akhiran ketegori baik sekali (50%), Baik (50%), Kurang (0%), kurang sekali (0%).

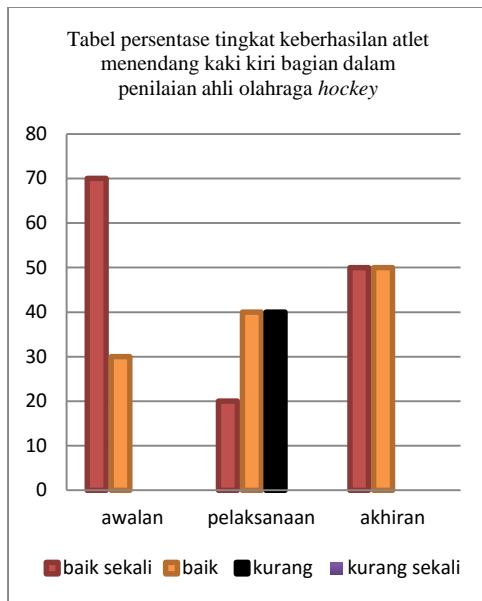


Gambar 5. Persentase Keberhasilan

Hasil dari data atlet menendang menggunakan kaki kiri bagian dalam yang telah dianalisis oleh ahli olahraga *hockey* maka peneliti membuat persentase untuk melihat tingkat keberhasilan pada penelitian ini sebagai berikut: Persentase keberhasilan berdasarkan penilaian ahli pada tahap posisi awalan ketegori baik sekali (70%), Baik (30%), Kurang (0%), kurang sekali (0%).

Hasil dari data atlet menendang menggunakan kaki kiri bagian dalam yang telah dianalisis oleh ahli olahraga *hockey* maka peneliti membuat persentase untuk melihat tingkat keberhasilan pada penelitian ini sebagai berikut: Persentase keberhasilan berdasarkan penilaian ahli pada tahap posisi pelaksanaan ketegori baik sekali (20%), Baik (40%), Kurang (40%), kurang sekali (0%).

Hasil dari data atlet menendang menggunakan kaki kiri bagian dalam yang telah dianalisis oleh ahli olahraga *hockey* maka peneliti membuat persentase untuk melihat tingkat keberhasilan pada penelitian ini sebagai berikut: Persentase keberhasilan berdasarkan penilaian ahli pada tahap posisi akhiran ketegori baik sekali (50%), Baik (50%), Kurang (0%), kurang sekali (0%).



Gambar 6. Persentase Keberhasilan

Berdasarkan kesimpulan persentase di atas maka hasil keberhasilan teknik menendang bola dengan kaki bagian dalam pada atlet putra penjaga gawang *indoor hockey Project Hockey Now* tahun 2020 yang diteliti masih perlu untuk melakukan perbaikan dari bagian-bagian posisi keadaan tubuh saat melakukan gerakan menendang bola dengan kaki bagian dalam untuk mendapatkan peningkatan prestasi dari segi kebenaran gerak (Snyder, 2019).

Teknik menendang bola menggunakan kaki bagian dalam serta mengarahkannya ketempat (posisi) yang benar dan tepat dalam hal ini dimaksud adalah tidak ada pemain lawan pada arah bola yang ditahan dan diarahkan oleh penjaga gawang. Kemampuan menendang bola dengan kaki bagian dalam dapat ditentukan

oleh pengalaman seorang atlet dan kesungguhannya saat berlatih, maka akan terlihat pada saat permainan berlangsung penjaga gawang dapat atau tidaknya menghalau bola yang datang kearah gawangnya dengan menendang bola dengan kaki bagian dalam. Tingkat kemampuan seorang penjaga gawang dalam menendang bola dengan kaki bagian dalam akan sangat menentukan kualitas penjaga gawang, semakin baik seorang penjaga gawang dalam melakukan tendangan dengan kaki bagian dalam maka akan semakin tinggi kulaitas teknik pejaga tersebut (Hu, 2018).

Analisi gerak teknik menendang bola dengan kaki bagian dalam bertujuan untuk mengetahui tingkat kebenaran gerak teknik menendang bola menggunakan kaki bagian dalam dan merekomendasikan tingkat kebenaran gerak teknik tersebut. Pada penelitian ini peneliti menggunakan *software dartfish*, yang mana pada *software dartfish* ini peneliti mendapatkan kebenaran biomekanika gerak yaitu, posisi tubuh, kaki, tangan, pandangan mata terhadap arah datangnya bola dan *follow throw* tubuh saat setelah menendang bola menggunakan kaki bagian dalam. Kebenaran gerak yang dihasilkan oleh *softwarw dartfish* diatas dapat memperbaiki dan meningkatkan gerak teknik menendang bola dengan kaki bagian

dalam serta dapat meningkatkan prestasi atlet *hockey* khususnya penjaga gawang.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dan sudah dibahas dalam bab sebelumnya maka peneliti menarik kesimpulan sebagai berikut hasil analisis *software dartfish* dan Penilaian ahli olahraga *hockey* menunjukkan bahwa keseluruhan gerak pada tingkat kebenaran gerak teknik menendang bola menggunakan kaki bagian dalam termasuk kategori kurang sekali.

DAFTAR PUSTAKA

Alan Alfiansyah Putra Karo-Karo. (2018). NILAI-NILAI PENDIDIKAN KARAKTER MELALUI PEMBELAJARAN PENCAK SILAT. In *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018*.

Fatmala, L., Yasmansyah, & Ardianto, redi eka. (2018). Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Prestasi Belajar Siswa kelas VIII. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 3(1), 1–15.

Hafidz, I. A., Syafei, M. M., & Afrinaldi, R. (2021). Survei Pengetahuan Siswa Terhadap Pembelajaran Atletik Nomor Lompat Jauh di SMAN 1 Rengasdengklok. *Jurnal Literasi Olahraga*, 2(2), 104–109.

Hu, Z. (2018). *Research on the Present Situation of Piano Education in Colleges and Universities*. 3(3), 34–42. <https://doi.org/10.2991/icemaess-18.2018.157>

Mustofa, M. I., Chodzirin, M., Sayekti, L., & Fauzan, R. (2019). Formulasi Model Perkuliahan Daring Sebagai Upaya Menekan Disparitas Kualitas Perguruan Tinggi. *Walisongo Journal of Information Technology*, 1(2), 151. <https://doi.org/10.21580/wjit.2019.1.2.4067>

Oktawirawan, D. H. (2020). Faktor Pemicu Kecemasan Siswa dalam Melakukan Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 20(2), 541. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v20i2.932>

Snyder, H. (2019). Literature review as a research methodology: An overview and guidelines. *Journal of Business Research*, 104(March), 333–339. <https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2019.07.039>