

PENGARUH KEKUATAN TUNGKAI DAN KOORDINASI MATA KAKI TERHADAP AKURASI SHOOTING SEPAKBOLA PADA EKSTRAKURIKULER SMP NEGERI 8 PALOPO

ISMAIL¹

*ISMAIL Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan/Pendidikan Jasmani,
Universitas Muhammadiyah Palopo*

The research objectives were: 1) To find out whether there was an effect of leg strength on shooting accuracy in football extracurricular at SMP Negeri 8 Palopo. 2) To find out whether there was an effect of eye-foot coordination on shooting accuracy in football extracurricular at SMP Negeri 8 Palopo. 3) To find out whether there was an effect of leg strength and eye-foot coordination on shooting accuracy in football extracurricular at SMP Negeri 8 Palopo. The research method used descriptive research. The independent variables were leg strength and eye-foot coordination. The dependent variable was shooting accuracy. The population was all students of football extracurricular. The sample in this study was taken by using a saturated sample, namely the entire population was taken as a sample, namely 22 students. The data analysis technique used the SPSS application program. The results of this study show that: 1) There is a significant effect of leg strength on shooting accuracy in football extracurricular at SMP Negeri 8 Palopo namely 91.7%. 2) There is a significant effect of eye-foot coordination on shooting accuracy in football extracurricular at SMP Negeri 8 Palopo namely 92.6%. 3) There is a significant effect of leg strength and eye-foot coordination on shooting accuracy in football extracurricular at SMP Negeri 8 Palopo namely 94.1%.

Keywords: *Leg Strength, Eye-Foot Coordination, Shooting Accuracy, Soccer*

Pendahuluan

Olahraga merupakan suatu yang sangat kompleks dengan melibatkan banyak pihak dan pengelolaannya. Peranan olahraga semakin lama semakin penting. Sebab olahraga tidak hanya ikut

berperan meningkatkan kesegaran jasmani suatu bangsa, akan tetapi olahraga juga ikut andil dalam membentuk watak manusia, yang pada gilirannya olahraga akan membawa keharuman nama suatu bangsa. Sepak bola salah satu

cabang olahraga yang sangat terkenal di dunia, permainan yang dimainkan oleh 11 orang pemain ini sangatlah digemari di Indonesia terbukti dari banyaknya penonton yang datang pada saat ada sebuah pertandingan sepak bola yang berlangsung itu menandakan bahwa minat masyarakat Indonesia terhadap sepak bola sangatlah tinggi, namun untuk meningkatkan kemampuan dalam bermain sepak bola ini tidaklah mudah ada beberapa unsur yang harus dilatih dalam sepak bola agar menjadi pemain yang baik dan profesional. Teknik dalam permainan sepak bola yaitu shooting, dribbling, passing, heading dan kontrol bola. Untuk mendapatkan hasil shooting yang baik kondisi fisik juga sangat mempengaruhi. Ketepatan menembak bola ke gawang merupakan salah teknik dasar dalam sepak bola namun cukup sulit dipelajari, lebih-lebih untuk pemain yang belum terampil. Tujuan dalam permainan sepak bola adalah untuk menciptakan tembakan yang tepat

dan mendapat angka pada setiap kesempatan, yang merupakan syarat tim tersebut dinyatakan pemenang. Dengan demikian keterampilan gerak dasar menembak (*shooting*) dalam permainan sepakbola sangat penting untuk dikuasai secara baik, tetapi tidak boleh mengesampingkan keterampilan gerak dasar yang lain. Pada permainan sepak bola yang telah di laksanakan di ekstrakurikuler SMPN 8 Palopo ada beberapa teknik dasar yang belum di kuasai oleh siswa salah satunya akurasi shooting ke gawang ini dimungkinkan oleh beberapa faktor antara lain: kurangnya kekuatan tungkai, dan tidak tepatnya koordinasi mata kaki dengan bola sehingga mengakibatkan akurasi *shooting* masih belum maksimal

Dari hasil observasi dan wawancara dengan guru olahraga bapak Unna Kurniawan, S.Pd, bahwa sebagian besar siswa ekstrakurikuler sepakbola SMPN 8 Palopo saat latihan atau pun pertandingan pada pelaksanaan

shooting yang dilakukan tidak terarah dengan baik. Bola yang ditendang mudah ditangkap oleh penjaga gawang, kemudian tendangan melambung keatas gawang. Karena kurangnya kekuatan tungkai yang dimiliki oleh setiap siswa pada saat melakukan tendangan, kemudian siswa tidak bisa mengkoordinasikan gerakan dengan baik pada saat melakukan shooting.

TINJAUAN PUSTAKA

Sepak bola adalah permainan yang beregu atau berkelompok yang berjumlah 11 pemain yang mempunyai tujuan memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dan memepertahankan gawang sendiri agar tidak kemasukkan bola kelompok yang memasukkan banyak bola dia keluar sebagai pemenang. menurut (Hidayat 2018) Sepak bola merupakan permainan kolektif yang dimainkan 2 regu secara berhadapan selama 2x45 menit tiap regu terdiri atas 11 orang pemain. (Burhaein, Ibrahim, and Pavlovic 2020)

Football is a sport that is increasingly favored by all levels of society . Football can be played by anyone, both men and women, young and old. Through this sports activity, there are many benefits, especially in physical, mental, and social growth. The sport of football is currently experiencing very rapid development, as evidenced by the emergence of professional and amateur football clubs and football athletes both at the school and college levels. Supported by the frequent holding of club tournaments and students and student events from regional to national levels, Artinya: Sepak bola meupakan olahraga yang semakin digemari oleh semua kalangan lapisan masyarakat sepak bola bisa dimainkan siapa saja, baik laki-laki maupun perempuan, tua maupun muda. Melalui kegiatan olahraga ini banyak sekali manfaat yang didapat, terutama dalam pertumbuhan fisik, mental, dan social.

AKURASI SHOOTING

Akurasi *shooting* adalah keakuratan sebuah shooting yang dilakukan oleh para pemain (Pane, Fikri, and Ritonga 2018), *shooting* dinyatakan akurat bola yang *dishooting* tersebut tepat sasaran maksudnya ke sudut atau daerah yang sulit dijangkau oleh penjaga gawang, *Shooting* adalah tendangan yang dilakukan pemain sepak bola dengan kekuatan punggung kaki untuk menciptakan gol ke gawang lawan (A. Junaidi and Sutisyana 2018) *Shooting* merupakan teknik dasar sepak bola yang harus dikuasai pemain terutama pemain depan, karena peluang paling besar untuk menciptakan gol adalah menembak bola dengan kekuatan kaki ke gawang lawan dengan akurat dan Tujuan utama menendang bola menurut Ariston (2016:5) adalah untuk mengumpan (*passing*), dan menembak kearah gawang (*shootig at the goal*)

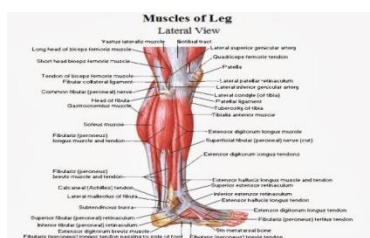
Dilihat dari perkenaan bagian kaki ke bola, menendang dibedakan menjadi berbagai macam, yaitu

menendang dengan kaki bagian dalam, menendang dengan kaki bagian luar, dan menendang dengan punggung kaki. Secara teknis, teknik shooting adalah salah satu metode yang digunakan para pemain sepakbola untuk menciptakan gol, dan secara teoritis teknik tersebut dapat dilakukan dengan bermacam cara dan fariasi teknik shooting.

KEKUATAN TUNGKAI

Kekuatan otot tungkai sangat diperlukan oleh seorang pemain sepakbola untuk dapat melakukan tendangan dengan baik dan mampu mengarahkan bola tepat pada sasaran yang diinginkan, juga diperlukan kekuatan otot tungkai untuk menjaga keseimbangan badan. Maka, kekuatan otot tungkai merupakan salah satu komponen yang harus dilatih untuk pemain sepakbola (Aisyah 2015). Karena jika kekuatan otot tungkai kurang baik maka tendangan yang dihasilkan tidak sesuai seperti yang diinginkan. Untuk dapat bermain dengan baik harus melakukan latihan yang teratur,

dan berkesinambungan. Latihan pengembangan tubuh baik secara mental maupun fisik merupakan subjek yang menentukan prestasi yang lebih cepat. Maka dari itu semakin teratur pemain melakukan latihan maka semakin baik pula tingkat keterampilan bermain sepakbolanya. Tungkai adalah anggota gerak bagian bawah yang terdiri dari paha, betis dan kaki Menurut Mac Dougall dalam (Aji Pradana 2013). Ukuran panjang tungkai adalah jarak antara ujung tumit bagian bawah sampai dengan tulang pinggang. Kekuatan otot tungkai yang dimaksud di sini adalah kemampuan otot untuk menerima beban dalam waktu bekerja di mana kemampuan itu dihasilkan oleh adanya kontraksi otot yang terdapat pada tungkai, kontraksi ini timbul untuk melakukan gerakan yang mendukung.



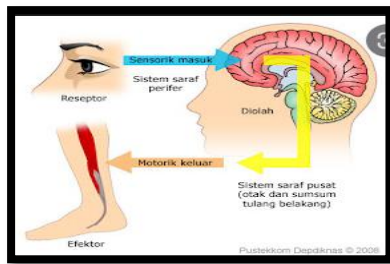
Gamabr: 2.2 Kekuatan Otot Tungkai
Sumber: (Hakim Ibnu 2015)

Koordinasi Mata Kaki

Koordinasi mata kaki merupakan kemampuan dalam memadukan antara mata dengan kaki dan mata dengan bola dalam melakukan tendangan (Hidayat 2018) sedangkan Menurut Sajoto dalam (Jumaking 2020) bahwa: Koordinasi adalah kemampuan untuk menyatukan berbagai system syaraf gerak, yang terpisah, ke dalam satu pola gerak yang efisien. Koordinasi mata kaki sangat menentukan hasil dari akurasi shooting. Semakin baik tingkat koordinasi mata kaki akan mempengaruhi keakakurasian sebuah shooting pemain sepakbola. Oleh karna itu untuk mendapatkan kemampuan akurasi shooting yang baik, maka koordinasi mata kaki perlu dilatih dan ditingkatkan melauai program latihan yang disusun secara terencana dan sistematis.

Berdasarkan penjelasan ini, banyak jenis koordinasi dalam bergerak diantaranya adalah koordinasi mata – kaki yang merupakan salahsatu kemampuan fisik yang sangat berpengaruh

dalam permainan sepakbola (Miftahul and Kiram 2019) Koordinasi mata kaki adalah gerak yang terjadi dari informasi yang diintegrasikan kedalam gerak anggota badan. semua gerakan dalam menggiring bola harus dapat dikontrol dengan penglihatan dan harus tepat sesuai dengan urutan gerak yang direncanakan untuk menggiring bola.



Gambar: 2.3 Sistem Koordinasi
Sumber: (Tangkudung J, 2016)

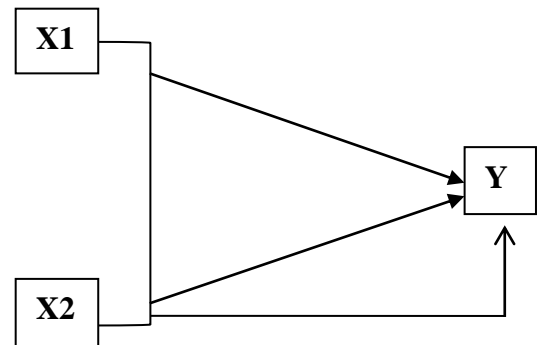
METODE PENELITIAN

Jenis penelitian

Menurut Sugiyono (2013:2), dalam (Dewi 2019) Metode penelitian pada dasarnya merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu. Berdasarkan hal tersebut terdapat empat kata kunci yang perlu diperhatikan yaitu cara ilmiah,

data, tujuan dan kegunaan. Jenis penelitian yang digunakan ini merupakan penelitian kuantitatif dengan jenis metode korelasi.

Desain Penelitian



Gambar 3.1 Desain penelitian
Sumber Sugiyono (2015:13)

Variabel Penelitian

Variabel Penelitian

1. Variabel Bebas atau *Independent Variable*

Pada penelitian ini ada dua variabel bebas, yaitu kekuatan tungkai dan Koordinasi mata kaki.

2. Variabel terikat atau *Dependent Variable*

Variabel terikat dalam penelitian ini adalah akurasi shooting dalam permainan Sepakbola.

Lokasi Dan Waktu Penelitian

Lokasi

Penelitian ini akan dilaksanakan di Lapangan Sepakbola Rampoang, Kota Palopo.

Waktu

Waktu pelaksanaan penelitian pada bulan Agustus 2022

Populasi dan Sampel

a. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah peserta ekstrakurikuler sepakbola di SMP Negeri 8 Negeri Palopo yang berjumlah 22 orang.

Sampel

Menurut Suharsimi Arikunto (2013: 173) dalam (R. Junaidi et al. 2017) sampel adalah sebagian atau sekelompok kecil yang mewakili populasi yang diteliti. diambil dari populasi. Sampel dalam penelitian ini merupakan sampel jenuh, dimana seluruh populasi dijadikan sebagai sampel sebanyak 22 siswa.

Jenis Dan Sumber Data

a. Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data kuantitatif.

b. Sumber data yang digunakan untuk menunjang penelitian ini

adalah data primer, yaitu data yang diperoleh langsung dari hasil observasi dengan pihak-pihak yang terkait dalam bidang yang diteliti.

Instrumen Penelitian

Instrumen adalah alat atau fasilitas yang digunakan dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah.

Teknik Pengumpulan Data

Kekuatan Tungkai

Tes Squat Jump

Tujuan : Untuk mengukur kekuatan otot tungkai

Pelaksanaan : Berdiri dengan kaki selebar bahu dan lutut sedikit ditekuk, kedua tangan diletakkan dibelakang kepala dengan siku menghadap luar, tekuk lutut dan turun ke posisi jongkok 90 derajat, angkat tubuh dan loncat setinggi dengan mendorong ujung kaki kelantai, mendarat secara perlahan ke posisi jongkok, dilakukan secara bertahap.

Koordinasi Mata Kaki

Tes koordinasi mata kaki/menyepak dan menghentikan bola(*passing and stopping test*)

Tujuan : Untuk mengukur koordinasi mata-kaki

Fasilitas/alat : lapangan yang datar dengan ukuran minimal 20 x 15 meter, target (sasaran) pada dinding tembok atau papan berukuran 0,90 m dari lantai jarak antara dinding dan tembok atau papan dengan garis batas tendangan 3 m, bola sepak, *stop watch*, blanko(kertas), pensil(pulpen).

Pelaksanaan : Peserta tes berdiri di belakang garis batas tendangan, bola diletakkan di depan kakinya dalam keadaan siap menyepak bola. Pada aba-aba "Ya" *stop watch* dijalankan, peserta tes segera menyepak bola ke arah target(sasaran). Pantulan bola dihentikan dan ditahan sebentar dan segera disepak kembali ke arah target (sasaran) ini dilakukan secara berulang-ulang selama 30 detik.

Akurasi Shooting

Tes menembak atau menendang bola ke sasaran (*shooting*)

a. Tujuan

Mengukur keterampilan menembak bola yang cepat dan tepat ke arah sasaran gantung.

b. Alat yang digunakan

- 1) Bola
- 2) Stopwatch
- 3) Gawang
- 4) Nomor-nomor
- 5) Tali

c. Pelaksanaan

- 1) Testee berdiri di belakang bola yang diletakkan pada sebuah titik berjarak 16,5 m di depan gawang atau sasaran.
- 2) Tidak ada aba-aba dari tester.
- 3) Pada saat kaki testee mulai menendang bola saat bola mengenai sasaran.
- 4) Testee diberi 3 (tiga) kali kesempatan.

d. Gerakan tersebut dinyatakan gagal bila

- 1) Bola keluar dari daerah sasaran.
- 2) Menempatkan bola tidak pada jarak 16,5 m dari sasaran.

e. Cara menskor

- 1) Jumlah skor dalam tiga kali kesempatan.
2. Bila bola hasil tendangan mengenai tali atau garis

pemisah skor pada sasaran, maka diambil skor terbesar dari kedua sasaran tersebut.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Teknik Analisis Data

Hasil Analisis Statistik Deskriptif

Analisis statistik deskriptif yang digunakan untuk mendeskripsikan hasil penelitian dari masing-masing variabel. Statistik deskriptif dapat membantu menggambarkan hasil data penelitian agar lebih mudah di pahami.

Statistik	Kekuatan Tungkai	Koordinasi Mata-Kaki	Akurasi Shooting
Sampel	22	22	22
Nilai Rata-Rata	25,77	11,23	5,86
Nilai Tengah	26,00	12,00	6,50
Modus	25	12	7
Simpanan Baku	3,023	2,266	2,513
Nilai Minimum	20	6	1
Nilai Maksi	32	15	11

mun			
Nilai Total	567	247	129

Analisis Statistik Inferensial

a. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah hasil data yang diteliti terdistribusi normal. Pengujian normalitas menggunakan dengan uji *Shapiro-Wilk*.

N o	Variabel	Nilai Probabilitas (sig)	α	Ket
1	Kekuatan Tungkai	0,720	0,05	Normal
2	Koordinasi Mata-Kaki	0,295	0,05	Normal
3	Akurasi Shooting	0,352	0,05	Normal

Uji Linearitas

Selain pengujian hasil data, perlu ada uji linearitas data yang akan dianalisis.

Uji ini digunakan untuk mengetahui hubungan antar

variabel. Kriteria yang digunakan Pada uji linearitas adalah jika $\rho > 0,05$, makates dinyatakan linear, dengan melihat nilai *defiation from linearity*.

No	Variabel	Defiation From Linearity	Sig	Ket
1	Kekuatan Tungkai(X ₁) Akurasi Shooting (Y)	2,446	0,082	Linear
2	Koordinasi Mata-Kaki (X ₂) Akurasi Shooting(Y)			

Hipotesis

Persyaratan uji asumsi klasik yaitu mengikuti mengikuti sebaran normal, dalam menguji hipotesis penelitian digunakan analisis parametrik dengan menggunakan tehnik analisis regresi ganda untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh tiap variabel bebas terhadap variabel terikat.

Tabel Hasil Analisis Regresi Sederhana

Variabel	R	R Square	T Hitung	Sig
X1 terha dap	0,9 17	0,48 42	10,3 07	0,0 00

Y				
X2	0,9	0,85	10,9	0,0
terha dap	26	7	29	00

Variabel	R	R Square	df 1	df2	F Hitung	Sig
X12 terhadap Y	0,941	0,88 6	2	19	73,4 84	0,00 0

Tabel Hasil Analisis Regresi Ganda

Dari hasil analisis data terdapat nilai sig. 0,000. Nilai sig. lebih kecil dari 0,05 atau nilai $0,000 < 0,05$, maka H₁ diterima dan H₀ ditolak. Variabel kekuatan tungkai mempunyai t_{hitung} yakni 10,307 sedangkan t_{tabel} = 2,085 jadi t_{hitung} > t_{tabel} dan dapat disimpulkan bahwa variabel kekuatan tungkai memiliki pengaruh terhadap akurasi shooting. Nilai t positif menunjukkan bahwa variabel kekuatan tungkai mempunyai pengaruh positif terhadap akurasi shooting. Jadi dapat disimpulkan

bahwa kekuatan tungkai memiliki pengaruh signifikan terhadap akurasi *shooting*.

Nilai koefisien untuk variabel kekuatan tungkai sebesar 0,917. Berarti setiap kenaikan kekuatan tungkai satu satuan maka akurasi *shooting* akan naik sebesar 0,917. Nilai R sebesar 0,917 maka kekuatan tungkai berpengaruh 91,7% terhadap akurasi *shooting*. Sedangkan 8,3% dipengaruhi variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Dari hasil analisis data terdapat nilai sig. 0,000. Nilai sig. lebih kecil dari 0,05 atau nilai $0,000 < 0,05$, maka H_1 diterima dan H_0 ditolak. Variabel koordinasimata-kaki mempunyai t_{hitung} yakni 10,929 sedangkan $t_{tabel} = 2,085$ jadi $t_{hitung} > t_{tabel}$ dan dapat disimpulkan bahwa variabel koordinasimata-kaki memiliki pengaruh terhadap akurasi *shooting*. Nilai t positif menunjukkan bahwa variabel koordinasimata-kaki mempunyai pengaruh positif terhadap akurasi *shooting*. Jadi dapat disimpulkan bahwa koordinasimata-kaki

memiliki pengaruh signifikan terhadap akurasi *shooting*.

Nilai koefisien untuk variabel koordinasimata-kaki sebesar 0,926. Berarti setiap kenaikan koordinasimata-kaki satu satuan maka akurasi *shooting* akan naik sebesar 0,926. Nilai R sebesar 0,926 maka kekuatan tungkai berpengaruh 92,6% terhadap akurasi *shooting*. Sedangkan 7,4% dipengaruhi variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Dari hasil analisis data diperoleh F_{hitung} sebesar 73,484 dan nilai sig. 0,000. Nilai F_{hitung} ($73,484$) $>$ ($2,048$) dan nilai sig. lebih kecil dari 0,05 atau nilai $0,000 < 0,05$, maka H_1 diterima berarti secara bersama-sama kekuatan tungkai dan koordinasi mata-kaki berpengaruh secara signifikan terhadap akurasi *shooting*.

Dengan melihat nilai R maka dapat disimpulkan bahwa kekuatan tungkai dan koordinasi mata-kaki berpengaruh sebesar 0,941 atau 94,1% terhadap akurasi *shooting*. Sedangkan 5,9%

dipengaruhi variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Dan karena nilai R (0,941) maka dapat disimpulkan kemampuan variabel-variabel independen dalam menjelaskan variasi variabel cukup kuat.

Pembahasan

a. Ada pengaruh kekuatan tungkai terhadap akurasi *shooting* ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 8 Palopo

Ada pengaruh kekuatan tungkai terhadap akurasi *shooting* ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 8 Palopo sebesar 91,7%.

b. Ada pengaruh koordinasi mata-kaki terhadap akurasi *shooting* ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 8 Palopo

Ada pengaruh koordinasi mata-kaki terhadap akurasi *shooting* ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 8 Palopo sebesar 92,6%.

c. Ada pengaruh secara bersama-sama sarana kekuatan tungkai dan koordinasi mata-kaki terhadap akurasi *shooting*

ektrakurikuler sepak bola SMP Negeri 8 Palopo

Ada pengaruh secara bersama-sama kekuatan tungkai dan koordinasi mata-kaki terhadap akurasi *shooting* ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 8 Palopo sebesar 94,1%. Terbukti dari hasil analisis diperoleh nilai $R = 0,941$.

Kesimpulan Dan Saran

Dari hasil pengujian hipotesis serta pembahasan hasil penelitian, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Ada pengaruh yang signifikan kekuatan tungkai terhadap akurasi *shooting* ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 8 Palopo sebesar 91,7%.
2. Ada pengaruh yang signifikan koordinasi mata-kaki terhadap akurasi *shooting* ekstrakurikuler sepak bola SMP Negeri 8 Palopo sebesar 92,6%.
3. Ada pengaruh yang signifikan secara bersama-sama kekuatan tungkai dan koordinasi mata-kaki terhadap akurasi *shooting*

ektrakurikuler sepak bola SMP Negeri 8 Paloposebesar 94,1%.

Saran

1. Diharapkan kepada guru atau semua pihak agar dapat mengetahui dan memahami tentang unsur fisik seperti kekuatan tungkai dan koordinasi mata-kaki terhadap akurasi shooting.
2. Untuk siswa, kiranya dapat memahami unsur fisik seperti kekuatan tungkai dan koordinasi mata-kaki terhadap dalam peningkatan prestasi akurasi shooting.

Daftar Rujukan

- Aisyah, Kurnia Dwi. 2015. "Pengaruh Latihan Rope Jump Dengan Metode Interval Training Terhadap Kekuatan Otot Tungkai." *Jurnal Kesehatan Olahraga* 3 (1): 79–86. <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-kesehatan-olahraga/article/view/11171/7666>.
- Aji Pradana, Akhmad. 2013. "Kontribusi Tinggi Badan, Berat Badan, Dan Panjang Tungkai Terhadap Kecepatan Lari Cepat (Sprint) 100 Meter Putra (Studi Pada Mahasiswa Ikor Angkatan

2010 Universitas Negeri Surabaya)." *Jurnal Kesehatan Olahraga* 1 (1): 1–5.

Arikunto Suharsimi. 2015. "Pemahaman Siswa Terhadap Pemanfaatan Media Pembelajaran Berbasis Livewire Pada Mata Pelajaran Teknik Listrik Kelas X Jurusan Audio Video Di Smk Negeri 4 Semarang." *Edu Elekrika Journal* 4 (1): 38–49.

Burhaein, Erick, Bagus Kanang Ibrahim, and Ratko Pavlovic. 2020. "The Relationship of Limb Muscle Power, Balance, and Coordination with Instep Shooting Ability: A Correlation Study in under-18 Football Athletes." *International Journal of Human Movement and Sports Sciences* 8 (5): 265–70. <https://doi.org/10.13189/saj.2020.080515>.

Hidayat, Akbar. 2018. "Pengaruh Daya Ledak Tungkai, Koordinasi Mata, Kaki Dan Keseimbangan Terhadap Kemampuan Shooting Ke Gawang Pada Permainan Sepakbola Siswa SMA Negeri 14 Sinjai." *Program Pascasarjana*, 1–14.

Jumaking, Jumaking. 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* 4 (1): 122–31. <https://doi.org/10.33369/jk.v4i1.10526>.

Junaidi, Ade, and Ari Sutisyana. 2018. “Pengaruh Latihan Variasi Shooting Ke Arah Gawang Terhadap Akurasi Shooting Dalam Permainan Sepak Bola Pada Pemain U-14 Ssb Tunas Muda Bengkulu.” 2: 2.

Miftahul, Ilmi, and Yanuar Kiram. 2019. “Hubungan Koordinasi Mata-Kaki Dan Kelincahan Dengan Kemampuan Dribbling Pemain Sepakbola Di Sekolah Sepakbola (Ssb) Excellent Kota Batusangkar Miftahul.” *Patriot* 1 (1): 204–12.

Pane, Dewi Nurmasari, Miftah EL Fikri, and Husni Muharram Ritonga. 2018. “Kontribusi Kelentukan Pinggang Dan Explosive Powerotot Tungkai Terhadap Akurasi Shootingatlet Sepak Bola Sma N 3 Bengkulu Selatan.” *Journal of Chemical Information and Modeling* 53 (9): 1689–99.