

**HUBUNGAN TINGKAT KEPERCAYAAN DIRI TERHADAP HASIL  
TENDANGAN PINALTI**

**Jurnal**

**Oleh**

**BAGUS DARMAWANTO**



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS LAMPUNG  
BANDAR LAMPUNG  
2015**

**ABSTRACT****THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF CONFIDENCE AND THE  
RESULT OF PINALTY KICK**

*By:*

**BAGUS DARMAWANTO**

*Mentor:*

**Drs. Frans Nurseto, M.Psi**

**Drs. Ade Jubaedi, M.Pd**

The purpose of this research was to know the relationship between self confidence and the result of pinalty kick toward the student of Senior High School. The method which was used in this research was descriptive. The population was the students of class XI IPS 1 of SMAN 6 Bandar Lampung. The sample was taken by using total sample or population sample. The data analysis by the trust of 95% ( $p=0,05$ ). The result of research showed coefficient correlation between self confidence and the result of pinalty kick was 0,7119, by the comparison at r table = 0,4438. The result of the hypothesis could be counted 4,400, by the comparison at t table = 2,201. Thus the result of this research was indeed there was a positive and significant relationship between self confidence and the result of pinalty kick.

**Keywords:** level of confidence, pinalty kick, soccer.

**ABSTRAK****HUBUNGAN TINGKAT KEPERCAYAAN DIRI TERHADAP HASIL  
TENDANGAN PINALTI****Oleh****BAGUS DARMAWANTO****Pembimbing:****Drs. Frans Nurseto, M.Psi****Drs. Ade Jubaedi, M.Pd**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat kepercayaan diri pada siswa terhadap hasil tendangan pinalti. Metodologi yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif. Populasi pada penelitian ini adalah siswa kelas XI IPS 1 SMA Negeri 6 Bandar Lampung. Pengambilan sampel menggunakan teknik sampel total atau populasi sampel. Teknik analisis data menggunakan analisis uji t dengan kepercayaan 95% ( $p=0,05$ ). Hasil penelitian menunjukkan koefisien korelasi antara tingkat kepercayaan diri dengan hasil tendangan penalti adalah 0,7199, dengan perbandingan pada  $r_{tabel} = 0,4438$ . Hasil uji hipotesis didapat thitung adalah 4,400, dengan perbandingan pada  $t_{tabel} = 2,101$ . Dengan demikian kesimpulan yang dapat diambil dari penelitian ini adalah terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara tingkat kepercayaan diri dengan hasil tendangan penalti.

**Kata kunci** : tendangan pinalti, tingkat kepercayaan diri, sepak bola.

## I. PENDAHULUAN

### LatarBelakang Masalah

Sepak bola adalah salah satu cabang olahraga yang sangat banyak diminati oleh masyarakat di dunia, termasuk masyarakat Indonesia. Dimana inti dari permainan ini adalah memasukkan bola kedalam gawang lawan. Dalam melakukan permainan ini tentu saja butuh keahlian khusus, seperti keahlian dalam menggiring bola, kelincihan sang pemain, kecepatan sang pemain, dan kecerdasan agar dapat lolos dari kawalan pemain belakang tim lawan. Sayangnya di Indonesia, sepak bola dianggap belum dapat memberikan prestasi yang berarti bagi bangsa. Untuk teknik bola mati dibutuhkan kemampuan menendang penalti yang baik. Yang perlu dilatih dengan porsi yang cukup, disamping itu untuk melakukan tipuan saat menendang penalti guna mengecoh penjaga gawang lawan saat satu lawan satu dalam menendang penalti perlu memiliki kemampuan menendang dan kepercayaan diri yang baik untuk menghindari bola yang ditendang melambung dan mengecoh penjaga gawang lawan.

Berdasarkan uraian diatas maka penulis ingin mengadakan penelitian yang berjudul :Hubungan Tingkat Kepercayaan Diri Dengan Hasil Tendangan Penalty Pada Siswa Kelas XI IPS 1 SMA Negeri 6 Bandar Lampung.

### Identifikasi Masalah

Dari uraian latar belakang diatas, maka identifikasi masalah diatas adalah sebagai berikut:

1. Rendahnya tingkat kepercayaan diri siswa disaat melakukan tendangan penalti.
2. Kurangnya kemampuan siswa dalam melakukan tendangan penalti.
3. Siswa belum mengerti tentang pengaruh kepercayaan diri terhadap hasil tendangan penalti.

### Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Bagaimana tingkat kepercayaan diri siswa kelas XI IPS I ?
2. Bagaimana hasil tendangan pinalti siswa kelas XI IPS I ?
3. Adakah hubungan antara kepercayaan diri terhadap hasil tendangan penalti ?

### Tujuan Penelitian

Sesuai masalah di atas, tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri siswa kelas XI IPS 1
2. Untuk mengetahui hasil tendangan penalti kelas X IPS 1
3. Untuk mengetahui hubungan antara tingkat kepercayaan diri dengan hasil tendangan penalti ?

### Manfaat Penelitian

Penelitian diharapkan dapat memberikan manfaat antara lain bagi:

1. Bagi Peneliti
2. Bagi Siswa
3. Bagi Pemain
4. Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

## II. TINJAUAN PUSTAKA

### Sepakbola

Sepakbola merupakan permainan yang dimainkan oleh dua regu yang masing-masing regu terdiri dari sebelas (11) orang pemain, yang lazim disebut kesebelasan. Masing-masing regu atau kesebelasan berusaha memasukan bola sebanyak-banyaknya kedalam gawang lawan dan mempertahankan gawangnya sendiri agar tidak kemasukan (A. Sarumpaet, 1992: 5). Permainan sepakbola adalah cabang olahraga permainan beregu atau permainan team, maka suatu kesebelasan yang baik, kuat, tangguh adalah kesebelasan yang terdiri atas pemain-pemain yang mampu menyelenggarakan permainan yang kompak, artinya mempunyai kerja sama team yang baik. Untuk mencapai kerja sama team yang baik diperlukan pemain-pemain yang dapat menguasai semua bagian-bagian dan macam-macam teknik dasar dan keterampilan bermain sepakbola, sehingga dapat memainkan bola dalam segala posisi dan situasi dengan cepat, tepat dan cermat, artinya tidak membuang-buang energi atau waktu (Sukatamsi, 1984: 12).

### Teknik Dasar Bermain Sepakbola

Teknik dasar merupakan salah satu fundasi bagi seseorang pemain untuk dapat bermain sepakbola. Menurut A. Sarumpaet (1992: 17) bahwa teknik dasar adalah semua kegiatan yang mendasari sehingga dengan modal sedemikian itu sudah dapat bermain sepakbola.

Menurut Sukatamsi (1984: 34) bahwa teknik dasar bermain sepakbola terdiri dari: 1) teknik tanpa bola, diantaranya

adalah: a) lari, b) melompat, c) gerak tipu tanpa bola, d) gerakan khusus penjaga gawang. 2) teknik dengan bola, diantaranya adalah: a) menendang bola, b) menerima bola, c) menggiring bola, d) menyundul bola, e) melempar bola, f) gerak tipu dengan bola, g) merampas atau merebut bola, dan h) teknik-teknik khusus penjaga gawang.

### Percaya Diri

Percaya Diri (Self Confidence) adalah meyakinkan pada kemampuan dan penilaian (judgement) diri sendiri dalam melakukan tugas dan memilih pendekatan yang efektif. Hal ini termasuk kepercayaan atas kemampuannya menghadapi lingkungan yang semakin menantang dan kepercayaan atas keputusan atau pendapatnya. Sedangkan kepercayaan diri adalah sikap positif seorang individu yang memungkinkan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapinya. Hal ini bukan berarti individu tersebut mampu dan kompeten melakukan segala sesuatu seorang diri. Rasa percaya diri yang tinggi sebenarnya hanya merujuk pada adanya beberapa aspek dari kehidupan individu tersebut dimana ia merasa memiliki kompetensi, yakin, mampu dan percaya bahwa dia bisa karena didukung oleh pengalaman, potensi aktual, prestasi serta harapan yang realistis terhadap diri sendiri.

### Akibat Kurang Percaya Diri

Ketika ini dikaitkan dengan praktek hidup sehari-hari, orang yang memiliki kepercayaan diri rendah atau telah

kehilangan kepercayaan, cenderung merasa / bersikap sebagai berikut :

1. Tidak memiliki sesuatu (keinginan, tujuan, target) yang diperjuangkan secara sungguh sungguh.
2. Tidak memiliki keputusan melangkah yang decisive (ngambang)
3. Mudah frustasi atau give-up ketika menghadapi masalah atau kesulitan
4. Kurang termotivasi untuk maju, malas-malasan atau setengah-setengah
5. Sering gagal dalam menyempurnakan tugas-tugas atau tanggung jawab (tidak optimal)
6. Canggung dalam menghadapi orang
7. Tidak bisa mendemonstrasikan kemampuan berbicara dan kemampuan mendengarkan yang meyakinkan
8. Sering memiliki harapan yang tidak realistis
9. Terlalu perfeksionis
10. Terlalu sensitif (perasa)

## Tendangan Pinalti

### a) Pengertian Tendangan Penalti

Di dalam permainan sepak bola, tendangan penalti adalah tendangan yang dilakukan apabila salah satu pemain tim melakukan pelanggaran di dalam kotak wilayah penjaga gawang tim sendiri. Tendangan dilakukan dengan menendang bola dari titik yang telah di buat di tengah kotak dalam wilayah penjaga gawang, tanpa dijaga oleh pemain lawan (pagar betis), dengan jarak kira-kira 12 kaki dari garis gawang

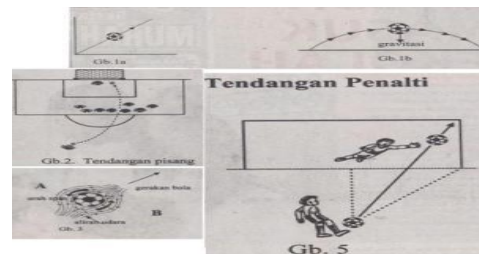
### b) Rangkaian Gerakan Tendangan Penalti

Menendang merupakan salah satu gerakan yang ada dalam sepak bola.

Menendang bukan perkara yang mudah, apalagi dalam situasi tendangan penalti. Namun secara umum, gerakan menendang terbagi menjadi 3, yaitu : (1) persiapan/ancang-ancang, (2) tendangan, dan (3) follow-trough.

Keberhasilan menendang tergantung pada beberapa bagian yaitu melihat perkenaan bola dengan kaki dan perkenaan kaki dengan bola. Dalam melaksanakan menendang dengan punggung kaki dimulai dari :

1. Ancang-ancang.



Gambar 1. Tendangan Penalti

2. Tendangan.
3. Follow trough. Setelah bola ditendang oleh kaki kanan, maka

### Model Kerangka pikir

Keberhasilan menendang pinalti sangat dipengaruhi oleh faktor kepercayaan diri. Sebenarnya kepercayaan diri ini ditimbulkan oleh psikologi mental atlet yang terlatih. Psikologi dan mental atlet apabila sudah terlatih akan menimbulkan rasa optimis didalam diri atlet tersebut dan akan menimbulkan rasa percaya diri yang tinggi, karena beserta dengan itu saat menendang pinalti ia akan yakin dan mampu menendang bola itu mengarah ke gawang dan masuk ke gawang.

## Hipotesis

Menurut Sutrisno Hadi (1990) Hipotesis adalah dugaan yang mungkin benar mungkin salah yang dapat dibuktikan kebenarannya. Dari definisi tersebut dapatlah dikatakan bahwa hipotesis terdiri dari sesuatu yang ditolak atau sesuatu yang diterima. Menurut hasil penelitian dalam penulisan hipotesis haruslah dinyatakan dalam bentuk kalimat pernyataan bukan dalam bentuk kalimat pertanyaan.

Berdasarkan rumusan masalah tentang hubungan tingkat kepercayaan diri dengan hasil tendangan pinalti pada siswa kelas XI IPS 1 SMA negeri 6 Bandar Lampung tahun ajaran 2012/2013, maka dapat dirumuskan hipotesa sebagai berikut " ada hubungan antara tingkat kepercayaan diri dengan hasil tendangan pinalti pada siswa kelas XI IPS 1 SMA negeri 6 Bandar Lampung."

## III. METODOLOGI PENELITIAN

### Metode Penelitian

Metode penelitian adalah suatu cara yang dipergunakan untuk memecahkan suatu permasalahan dengan teknik dan alat-alat tertentu, sehingga dapat diperoleh hasil yang sesuai dengan tujuan penelitian. Menurut (Kartini Kartono, 1980:16) menyatakan : " Metodologi merupakan ajaran-ajaran mengenai metode-metode yang dipergunakan di dalam proses penelitian".

Dalam penelitian ini yang digunakan adalah "*metode deskriptif*", sebagaimana dikemukakan oleh (Suharsimi Arikunto, 1993:207) sebagai berikut:

" Penelitian deskriptif adalah penelitian yang dimaksudkan untuk mengumpulkan informasi mengenai status suatu gejala yang ada, yaitu keadaan gejala apa adanya pada saat penelitian dilakukan".

Metode penelitian ini dimaksudkan untuk membuktikan bahwa asumsi dan hipotesis diajukan oleh peneliti benar-benar terbukti dan dipertanggung jawabkan sesuai dengan data yang ada.

### Variabel Penelitian

Menurut Sanapiah Faisal, (1982:82), "Variabel adalah kondisi atau karakteristik yang oleh pengeksperimen dimanipulasikan, dikontrol, atau observasi".

Dalam penelitian ini digunakan 2 variabel yaitu : variabel bebas dan variabel terikat.

- a. Variabel Bebas (Independent Variable) : "Variabel bebas (Independent Variable) ialah kondisi dimanipulasikan dalam rangka untuk menerangkan hubungannya dengan fenomena yang diobservasi. Dalam penelitian ini variabel bebasnya (x) adalah tingkat kepercayaan diri.
- b. Variabel Terikat (Dependent Variable)

Menurut Sanapiah Faisal, (1982:82), "Variabel terikat (dependent variable) ialah kondisi atau karakteristik yang berubah, atau muncul, atau yang tidak muncul, atau yang tidak muncul ketika pengeksperimen mengintroduksi, merubah, atau mengganti variabel bebas".

Dalam penelitian ini variabel terikatnya (y) adalah hasil tendangan pinalti

Variabel yang digunakan sebagai bahan penelitian adalah :

- a. Variabel bebas (x) pada penelitian ini adalah tingkat kepercayaan diri
- b. Variabel terikat (y) pada penelitian ini adalah hasil tendangan pinalti

penelitian ini adalah siswa XI IPS 1 sebanyak 20 orang.

## Populasi dan Sampel

### Populasi

Populasi adalah sejumlah individu atau penduduk yang dimaksudkan untuk diteliti (Sutrisno Hadi, 1985). Menurut Sudjana (1992) yang dimaksud dengan populasi adalah totalitas nilai yang mungkin, hasil menghitung atau pengukuran kualitatif atau kuantitatif mengenai karakteristik tertentu dari semua anggota kumpulan yang lengkap dan jelas yang ingin dipelajari sifat-sifatnya. Sedangkan menurut Suharsimi Arikunto (1998) populasi adalah keseluruhan subyek penelitian. Berdasarkan pendapat di atas, maka dapat disimpulkan bahwa populasi adalah keseluruhan subyek yang diteliti dan yang akan diketahui hasil totalitas yang mungkin baik secara kualitatif maupun kuantitatif, yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI IPS 1 SMA Negeri 6 Bandar Lampung. Jumlah populasi adalah 20 orang, yaitu siswa kelas XI IPS 1 SMA Negeri 6 Bandar Lampung.

### Sampel

Menurut Suharsimi Arikunto (1998) menjelaskan untuk ancer-ancer maka apabila subyeknya kurang dari 100, lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. selanjutnya jika jumlah subyeknya besar dapat diambil antara 10 - 15 % atau 20 - 25 %. Sampel dalam penelitian ini menggunakan sampel total atau populasi sampel. Sampel dalam

## Teknik Pengambilan Data

Sesuai dengan judul yang diteliti ada dua macam data yang dikumpulkan, yaitu: 1) Data hasil tes kepercayaan diri, dan 2) Data hasil tes menendang pinalti. Untuk mendapatkan data tersebut digunakan dua macam tes yaitu tes mengisi angket pertanyaan untuk mengukur tingkat kepercayaan diri dan tes menendang pinalti untuk mengukur hasil tendangan pinalti.

Jenis Data, sumber data teknik pengumpulan data

1. Jenis data :
  - a. Data sekunder, yaitu data tentang jumlah dan keadaan siswa
  - b. Data primer, yaitu data yang diperoleh dari pengisian angket dan interviu dengan guru, kepala sekolah dan wakil kepala sekolah.
2. Sumber data : Siswa kelas XI IPS 1
3. Teknik pengmpulan data : Melalui tes, yang dilakukan untuk mengukur tingkat kepercayaan diri dengan mengisi angket dan menendang pinalti untuk mengukur hasil tendangan pinalti.

## Instrumen Penelitian

Instrument yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini adalah dengan melakukan pengukuran terhadap variabel-variabel yang terdapat dalam penelitian ini. Adapun instrumen yang digunakan adalah sebagai berikut:

- 1) Hasil pengukuran tingkat kepercayaan diri dengan mengisi



pertanyaan angket (Frans Nurseto, 2011).

- 2) Hasil pengukuran kemampuan menendang pinalti untuk mengukur hasil tendangan pinalti.

### Teknik Analisis Data

Data yang dianalisis adalah data dari hasil tes. Menghitung hasil tes mengisi angket pengukur tes kepercayaan diri dengan hasil tendangan pinalti menggunakan teknik analisis data uji t.

## IV.HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

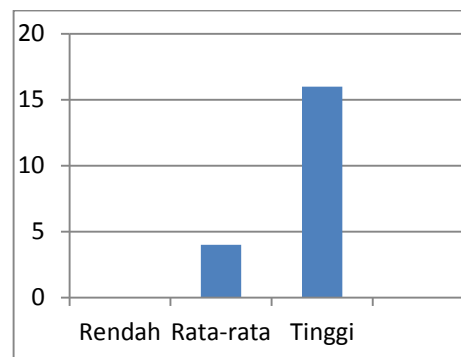
### Hasil Penelitian

Hasil penelitian yang didapat selanjutnya diolah dan digambarkan dalam deskripsi data. Deskripsi data dimaksudkan untuk memperoleh gambaran tentang penyebaran data meliputi nilai tertinggi, nilai terendah, nilai rata-rata, nilai simpangan baku, distribusi frekuensi dan diagram batang dari masing-masing variabel  $X_1$  dan  $Y_1$ . Adapun deskripsi data hasil penelitian adalah sebagai berikut :

1. Variabel Tingkat Kepercayaan Diri  
Hasil penelitian menunjukkan rentang skor baku Tingkat Kepercayaan Diri diperoleh tingkat kepercayaan diri antara 5 sampai dengan 15, dengan nilai rerata sebesar 11,95 dan simpangan baku sebesar 2,3050.

Dari hasil di atas dapat disimpulkan, siswa yang tingkat kepercayaan dirinya rendah tidak ada (0 %), siswa yang tingkat kepercayaan dirinya rata-rata ada 4 siswa (20%), dan siswa yang tingkat kepercayaan dirinya tinggi ada 16 siswa (80%)

Dengan tabel distribusi frekuensi tersebut dapat digambarkan diagram batang seperti ini:



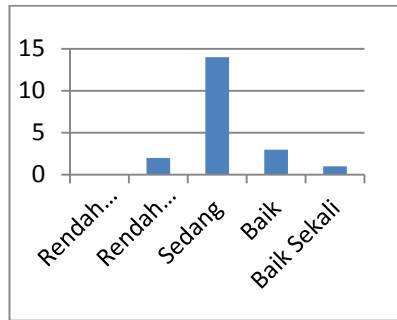
Gambar Diagram Batang Tingkat Kepercayaan Diri.

2. Variabel Hasil Tendangan Penalti

Hasil penelitian menunjukkan rentang nilai hasil tendangan penalti antara 1 sampai dengan 5, dengan nilai rerata 3,15 dan simpangan baku 0,45.

Berdasarkan hasil di atas, terdapat 0 siswa dengan hasil tendangan penalti rendah sekali (0 %), 2 siswa dengan hasil tendangan penalti rendah (10 %), 14 siswa dengan hasil tendangan penalti sedang (70 %), 3 siswa dengan hasil tendangan penalti baik (15 %), dan 1 siswa dengan hasil tendangan penalti baik sekali (5 %).

Dengan tabel distribusi frekuensi tersebut dapat digambarkan diagram batang seperti ini:



Gambar Diagram batang Hasil Tendangan Penalti.

### Uji hipotesis

- Koefisien Korelasi Kepercayaan Diri Dengan Hasil Tendangan Penalti :  
Hasil korelasi antara tingkat kepercayaan diri dengan hasil tendangan penalti didapat koefisien korelasi = 0,7199 artinya ada hubungan yang tinggi antara tingkat kepercayaan diri dengan hasil tendangan penalti.
- Mencari Besarnya sumbangan (kontribusi) variabel  $X_1$  terhadap  $Y_1$   
Artinya variabel tingkat kepercayaan diri siswa memberikan kontribusi terhadap hasil tendangan penalti sebesar 51,83 % dan sisanya 48,17 % ditentukan oleh variabel lainnya.
- Menguji Signifikansi dengan rumus  $t_{hitung}$  :  
Dan untuk mengetahui apakah koefisien korelasi tersebut mempunyai hubungan yang signifikan atau tidak, maka dilakukan uji signifikansi yaitu:

Kaidah pengujian :

jika  $t_{hitung} \geq t_{tabel}$  maka tolak  $H_0$   
artinya signifikan

jika  $t_{hitung} \leq t_{tabel}$  maka terima  $H_0$   
artinya tidak signifikan.

Berdasarkan perhitungan di atas, pada  $\alpha = 0,05$  dan  $n = 20$ , uji satu pihak :

$dk = n - 2 = 20 - 2 = 18$  sehingga diperoleh  $t_{tabel} = 2,101$ .

Ternyata  $t_{hitung} \leq t_{tabel}$  atau  $4,400 > 2,101$ , maka  $H_0$  ditolak, artinya ada hubungan yang positif dan signifikan antara tingkat kepercayaan diri dengan hasil tendangan penalti.

### Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang positif dan signifikan antara tingkat kepercayaan diri dengan hasil tendangan penalti. Ini berarti peningkatan faktor kepercayaan diri siswa menyebabkan peningkatan juga pada hasil tendangan penalti.

Dari hasil analisis data yang dilakukan diperoleh hasil besar korelasi antara tingkat kepercayaan diri dengan hasil tendangan penalti sebesar 0,7199 dan  $t_{hitung} = 4,400$ . Dengan membandingkan  $t_{hitung}$  pada taraf signifikan 0.05 atau pada taraf kepercayaan 95% sebesar 2,101 ternyata  $t_{hitung}$  lebih besar dari harga  $t_{tabel}$  atau  $4,400 > 2,101$ . Dengan demikian dapat dikatakan ada hubungan antara tingkat kepercayaan diri dengan hasil tendangan penalti.

Maka hipotesis yang mengatakan tidak ada hubungan antara tingkat kepercayaan diri dengan hasil penalti pada siswa kelas XI IPS 1 ditolak. Dan hipotesis yang mengatakan ada hubungan antara tingkat kepercayaan diri dengan hasil tendangan penalti siswa kelas XI IPS 1 diterima.

## V. KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

Kesimpulan yang diambil dari penelitian ini adalah :

1. Tingkat kepercayaan diri mempunyai memberikan dampak yang tinggi terhadap kemampuan siswa dalam melakukan tendangan penalti.
2. Terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara tingkat kepercayaan diri dengan hasil tendangan penalti pada siswa kelas XI IPS 1 SMA Negeri 6 Bandar Lampung

### Saran

Sesuai dengan hasil penelitian, ada beberapa saran yang dapat diberikan :

1. Agar menjadi acuan bagi siswa untuk meningkatkan kepercayaan diri dan kemampuan menendang penalti.
2. Perlu dilakukan penelitian yang sama dengan sampel yang lebih banyak, agar informasi yang diperoleh lebih mendalam.

Hadi, S. 1990. *Penelitian Pendidikan*. Jakarta : Nusantara.

\_\_\_\_\_. 1985. *Dasar-dasar Penelitian*. Jakarta : Nusantara.

Kartono. K. 1980. *Metodologi Penelitian*. Jakarta : Cipta Nusantara.

Sarumpaet, A. 1992. *Dasar-dasar Sepak Bola*. Jakarta : Bumi Angkasa.

Sudjana. 1992. *Komponen Dalam Penelitian*. Malang : Bumi Aksara..

Sukatamsi. 1984. *Sepak Bola*. Malang : Sanggar.

## DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, S. 1993. *Metodologi Penelitian*. Jakarta : Karya Cipta.

\_\_\_\_\_. 1998. *Dasar Metodologi Penelitian*. Jakarta : Pt. Bumi Aksara

Faisal. F. 1982. *Dasar-dasar Penjas*. Surabaya : Bumi Angkasa.