

BAB 2

TINJAUAN TEORETIS

2.1 Kajian Pustaka

2.1.1 Pengertian Percaya Diri

Percaya diri merupakan suatu keadaan mental seseorang dimana orang tersebut meyakini bahwa dirinya mampu menghadapi suatu keadaan atau masalah tertentu. Sama halnya pada sepak bola, seorang atlet perlu percaya diri untuk mengeluarkan kemampuan terbaiknya. Percaya diri menurut Mustari (dalam Nugraha, 2021) mengungkapkan bahwa sebagai keyakinan bahwa seseorang mempunyai kemampuan untuk melakukan sesuatu untuk mencapai tujuan tertentu. rasa percaya diri merupakan modal dasar bagi seseorang dalam memenuhi berbagai tujuan hidupnya (hlm.21). Pendapat lain mengatakan bahwa “Percaya diri adalah keyakinan pada diri sendiri untuk mencapai sesuatu/target yang telah di tentukan” (Tangkudung & Haqiyah, 2018, hlm.118). Kemudian percaya diri menurut Komarudin (dalam Nugraha, 2021) adalah salah satu aspek kepribadian yang merupakan modal dasar terbentuk melalui proses latihan dan interaksi dengan lingkungan sosial (hlm. 21). Sedangkan menurut (Husdarta, 2010) yang mengungkapkan bahwa “Percaya diri berarti rasa percaya terhadap kemampuan atau kesanggupan diri untuk mencapai prestasi tertentu” (hlm. 92).

Berdasarkan pendapat para ahli tersebut maka dapat disimpulkan bahwa percaya diri merupakan modal yang penting dalam menghadapi situasi atau suatu keadaan. Terkhusus dalam sepak bola, pemain perlu memiliki kepercayaan diri dalam bertanding untuk mengeluarkan kemampuan terbaik dari dalam dirinya. Pemain yang memiliki percaya diri dan tidak akan terlihat jelas perbedaannya, sehingga percaya diri merupakan salah satu hal yang mendukung bakat yang dimiliki seorang pemain sepak bola, sehingga dengan adanya percaya diri tersebut seorang pemain dapat mengeluarkan bakat yang dimiliki dengan sepenuhnya.

2.1.2 Aspek-aspek Percaya Diri

Menurut Tangkudung & Haqiyah (2018) aspek-aspek khusus tentang percaya diri dalam olahraga, antara lain :

- a) Keyakinan tentang kemampuan seseorang untuk melaksanakan keterampilan fisik.
- b) Keyakinan tentang kemampuan seseorang untuk menggunakan keterampilan psikologis.
- c) Kepercayaan untuk menggunakan keterampilan persepsi (pengambilan keputusan).
- d) Kebugaran fisik dan status pelatihan percaya diri dalam satu potensi belajar atau kemampuan untuk meningkatkan keterampilan seseorang.(hlm.120).

2.1.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Percaya diri

Menurut Ghufro dan Rini (2020), mengungkapkan bahwa Kepercayaan diri dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yang dapat digolongkan menjadi dua, yaitu faktor internal dan faktor eksternal :

a. Faktor Internal

1) Konsep Diri

Terbentuknya konsep diri pada seseorang diawali dengan perkembangan konsep diri yang diperoleh dalam sosialisasi dengan lingkungan. Konsep diri merupakan gagasan tentang dirinya sendiri. Seseorang yang mempunyai rasa rendah diri biasanya mempunyai konsep diri negatif, sebaliknya orang yang mempunyai rasa percaya diri akan memiliki konsep diri positif.

2) Harga Diri

Harga diri yaitu penilaian yang dilakukan terhadap diri sendiri. Orang yang memiliki harga diri tinggi akan menilai pribadi secara rasional dan benar bagi dirinya serta mudah mengadakan hubungan dengan individu lain. Orang yang mempunyai harga diri tinggi cenderung melihat dirinya sebagai individu yang berhasil percaya bahwa usahanya mudah menerima orang lain sebagaimana menerima dirinya sendiri. Akan tetapi orang yang mempunyai harga diri rendah bersifat tergantung, kurang percaya diri dan biasanya terbentur pada kesulitan sosial serta pesimis dalam pergaulan.

3) Kondisi Fisik

Perubahan kondisi fisik juga berpengaruh pada kepercayaan diri. Penampilan fisik merupakan penyebab utama rendahnya harga diri dan percaya diri seseorang.

4) Pengalaman Hidup

Kepercayaan diri diperoleh dari pengalaman yang mengecewakan adalah paling sering menjadi sumber timbulnya rasa rendah diri. Lebih-lebih jika pada dasarnya seseorang memiliki rasa tidak aman, kurang kasih sayang dan kurang perhatian.

b. Faktor Eksternal.

1) Lingkungan Keluarga

Lingkungan yang dimaksud disini merupakan lingkungan keluarga dan masyarakat. Dukungan yang diterima dari lingkungan keluarga, seperti anggota keluarga yang saling berinteraksi dengan baik akan memberi rasa nyaman dan percaya diri yang tinggi pada diri seseorang. Begitu juga dengan lingkungan masyarakat yang memberikan dampak positif maka seseorang akan berkembang menjadi lebih baik. (Murni, hlm.96)

2) Lingkungan sekolah

Lingkungan sekolah yang dimaksud merupakan suatu tempat dimana pendidikan diterapkan dan diajarkan untuk memandang sesuatu secara objektif sesuai fakta-fakta yang ada dalam meningkatkan percaya diri. Dukungan yang diterima dari lingkungan sekolah seperti siswa yang saling berinteraksi dengan memberikan umpan balik yang positif. Dengan memberikan dukungan dan semangat kepada teman yang satu keteman yang lainnya yang menimbulkan kepercayaan diri meningkat pada dirinya.

3) Lingkungan masyarakat

Lingkungan masyarakat adalah suatu kawasan tempat sekelompok manusia yang secara relatif mandiri, hidup bersama-sama, memiliki kebudayaan yang sama, dan melakukan sebagian besar kegiatannya dalam kelompok tersebut. Dengan lingkungan masyarakat yang memberikan dampak positif, maka seseorang akan berkembang menjadi lebih baik. (Murni, hlm.96)

2.1.4 Cara Meningkatkan Percaya Diri

Cara meningkatkan kepercayaan diri menurut Pandini (2021, hlm.11) kepercayaan diri dapat ditingkatkan melalui:

- 1) Kondisi fisik atlet yang dilatih hingga mencapai komposisi dan dimensi tubuh yang ideal dan atletis.
- 2) Pengetahuan terapan yang meliputi tingkat konsentrasi atas pengambilan keputusan yang tepat.

- 3) Semangat dan disiplin (motivasi) dalam berlatih sehingga tercipta keyakinan diri yang maksimal.

2.1.5 Hakikat Konsentrasi

Terdapat banyak definisi tentang konsentrasi yang dikemukakan para ahli, dan pada dasarnya definisi konsentrasi adalah sesuatu yang terpusat, ke satu hal tujuan. Walaupun semua orang tidak memiliki definisi yang lebih tepat yang dapat diterima secara umum. Oleh karena itu, untuk memenuhi tujuan penelitian ini, Mungkin cukup untuk mengangkat definisi konsentrasi ke permukaan yang diperoleh dari pendapat para ahli sebagai berikut:

Konsentrasi adalah pemusatan pemikiran kepada suatu objek tertentu. Semua kegiatan manusia membutuhkan konsentrasi. Dengan konsentrasi manusia dapat mengerjakan pekerjaan lebih cepat dan dengan hasil yang lebih baik (Priambodo dalam Utomo, 2016). Istilah konsentrasi sering dialih-tukarkan dengan istilah perhatian, yaitu suatu keadaan dimana kesadaran seseorang tertuju kepada suatu objek tertentu dalam waktu tertentu (Gunarsa, 2008). Perhatian dan konsentrasi adalah proses yang mengarahkan kesadaran akan informasi menjadi sesuatu yang berfungsi pada pengindraan (Maksum, 2011).

Dari ketiga pengertian konsentrasi di atas, disimpulkan bahwa pengertian konsentrasi adalah pemusatan persepsi seseorang tentang informasi di kepala terhadap objek tertentu pada waktu tertentu dengan mengesampingkan hal-hal lain agar dapat melakukan lebih cepat dan dengan hasil yang lebih baik.

2.1.6 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Konsentrasi

a. Faktor Eksternal

Faktor-faktor eksternal yang dapat berpengaruh terhadap konsentrasi atlet menurut Gunarsa dalam (Wicaksono, 2014) adalah :

1. Jika ada rangsang yang terlalu kuat, seperti bunyi yang sangat keras atau cahaya yang berkilau, seperti petir atau kilatan flash kamera.
2. Jika rangsang yang datang adalah sesuatu yang tidak biasa atau sangat berbeda dengan rangsang-rangsang yang sedang diterima, misalnya dalam ukuran atau jumlah.

3. Jika rangsang yang sampai merupakan sesuatu yang luar biasa, yang tidak biasa ia dapatkan di tempat latihan. Misalnya, bertanding di tempat tertentu yang berbeda dari kebiasaannya sehingga perhatiannya menjadi amat mudah teralih.
 4. Jika rangsanganya bergerak sehingga fokus perhatiannya tidak berpusat pada penglihatan yang sama, tidak monoton dan cenderung untuk melihat dengan asumsi dan dugaan ada sesuatu rangsang yang baru.
- Dengan adanya faktor-faktor tersebut maka kita mengetahui terdapat banyak faktor dari luar yang mempengaruhi konsentrasi pemain.

b. Faktor Internal

Faktor-faktor dari dalam yang mempengaruhi konsentrasi antara lain:

1. Usia

Menurut Santrock (dalam Wicaksono, 2014), penambahan usia anak akan diikuti dengan perkembangan imajinasi, pengertian, kemampuan mengingat dan mengantisipasi yang dapat mempengaruhi terjadinya reaksi-reaksi emosional. Hal ini dapat dikatakan bahwa dengan bertambahnya usia, akan diikuti oleh pertumbuhan otak dan seluruh susunan saraf sehingga mempengaruhi aspek perkembangan anak, salah satunya adalah kemampuan mental. Oleh karena itu, dengan adanya bertambahnya usia, kemampuan untuk memilah informasi pun meningkat.

2. Fisik

Menurut Bjorklund dan Harnischfeger (dalam Wicaksono, 2014), menyatakan individu memiliki kemampuan saraf otak yang berbeda dalam menyeleksi sejumlah informasi yang ada sehingga hal ini mempengaruhi kemampuan individu dalam memusatkan perhatian.

3. Jenis kelamin

Menurut penelitian Nideffer dan Bod (dalam Wicaksono, 2014), terdapat perbedaan konsentrasi antara laki-laki dan perempuan. Laki-laki mempunyai tingkat konsentrasi lebih tinggi dibanding perempuan. Perempuan 11,7% mudah teralihkan perhatiannya karena rangsangan dari luar dibandingkan laki-laki. Pada rangsangan dari dalam, perempuan 7,7% mudah teralihkan perhatiannya dibanding laki-laki. Hal tersebut mempengaruhi pengambilan keputusan dalam menghadapi situasi tertentu.

4. Pengetahuan dan pengalaman

Menurut Anderson (dalam Wicaksono, 2014), menjelaskan bahwa faktor pengetahuan dan pengalaman turut berperan dalam usaha memusatkan perhatian pada objek yang belum bisa dikenali polanya, sehingga

pengetahuan dan pengalaman individu dapat memudahkan untuk berkonsentrasi.

2.1.7 Hambatan dalam melakukan Konsentrasi

Menurut Gunarsa (dalam Wicaksono, 2014) hambatan yang dapat mengganggu kegiatan konsentrasi antara lain:

- a. Objek yang terlalu banyak dan peralihan yang berlangsung cepat. Jika objek terlalu banyak dan terjadi peralihan yang sangat cepat, maka konsentrasi akan mudah terusik.
- b. Hubungan antara perhatian, konsentrasi dan stress. Ketegangan yang berlebihan akan menyebabkan gangguan pada proses berfikir dan akhirnya akan mengakibatkan kekacauan konsentrasi.
- c. Rasa sakit. Adanya rangsangan lain yang kuat dan sulit dihindari. Salah satu rangsangan yang sangat kuat dan besar pengaruhnya adalah rasa sakit. Tanpa adanya kemampuan untuk memusatkan perhatian dengan kuat maka rasa sakit dapat berpengaruh terhadap tingkat konsentrasi pemain.

Jadi dapat disimpulkan bahwa jika jumlah objek terlalu banyak, kemudian seringkali ada transisi yang sangat cepat dan mengganggu perhatian, ini bisa menyebabkan stress yang akhirnya akan memecah konsentrasi.

2.1.8 Cara Meningkatkan Konsentrasi

Menurut Maksun (2011) yang menyatakan bahwa “cara meningkatkan konsentrasi adalah melakukan seleksi terhadap stimulus tersebut, stimulus yang tidak relevan yang kehadirannya justru mengganggu, harus disingkirkan”.

Sedangkan menurut Gunarsa (dalam Wicaksono, 2014) cara untuk meningkatkan konsentrasi antara lain:

- a. Mengatur energi psikis dan stress.
- b. Menggunakan hasil latihan.
- c. Menggunakan pemicu, baik dalam bentuk kata-kata maupun tindakan.
- d. Menggunakan waktu latihan untuk memusatkan dan mempertahankan perhatiannya.

Mempertahankan kepekaan mental dan mengatur energi psikis dalam praktiknya adalah cara untuk meningkatkan ketajaman konsentrasi.

2.1.9 Hakikat Sepak Bola

Menurut Putra (2021) Sepak bola adalah permainan beregu dimainkan 22 pemain yang saling berlawanan, masing-masing regu mempunyai 11 pemain termasuk penjaga gawang, bermain menggunakan kaki sedangkan kiper boleh menggunakan tangan dengan batas yang sudah ditentukan tujuan permainan memasukan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dengan batas waktu 2 x 45 menit.

Sepak bola adalah permainan tim yang dimainkan oleh 2 tim berlawanan yang masing-masing tim berjumlah 11 pemain, permainan ini dimainkan di sebuah lapangan menggunakan bola dengan waktu bermain selama 2 x 45 menit. Pemenang ditentukan berdasarkan gol yang dicetak sampai waktu bermain selesai atau sampai akhir pertandingan. Dalam permainan ini hanya penjaga gawang yang berhak menyentuh bola dengan tangan atau lengannya di dalam area gawang, sedangkan 10 (sepuluh) pemain lainnya hanya diperbolehkan menggunakan seluruh tubuh kecuali tangan, biasanya dengan kaki, kontrol dada, dan menyundul. . Tim dengan lebih banyak gol di akhir pertandingan adalah tim pemenang Jika berakhir dengan seri hingga akhir waktu, itu bisa menjadi seri, dilanjutkan ke perpanjangan waktu atau penalti tergantung pada format turnamen.

2.1.10 Teknik Dasar Sepak Bola

Menurut Gazali (2016) yang menyatakan bahwa untuk meningkatkan keterampilan bermain sepakbola, para pemin harus menguasai macam-macam teknik dasar sepakbola. Di dalam permainan sepakbola teknik sangat dibutuhkan, tanpa menguasai teknik sepakbola seperti *passing*, *shooting*, *dribbling*, *heading*, kontrol dengan baik, maka tujuan dari permainan, yaitu untuk mencari suatu kemenangan akan sulit tercapai.

Dari pernyataan diatas dapat disimpulkan bahwa penguasaan teknik dasar sangatlah dibutuhkan oleh seorang pemain yang nantinya sangat mempengaruhi hasil pertandingan yang diterima oleh tim. Tim dengan para pemain yang sudah menguasai keterampilan teknik dasar akan lebih mudah dalam memenangkan

suatu pertandingan disbanding dengan tim yang para pemainnya belum menguasai keterampilan teknik dasar sepak bola.

2.1.11 Hakikat *Shooting* Sepak Bola

Menurut Putra (2021) yang menyatakan bahwa “*Shooting* adalah suatu teknik dalam sepak bola atau keterampilan dasar untuk menciptakan gol dalam sepak bola, ada tiga teknik *shooting* dalam permainan sepak bola yaitu *shooting* menggunakan kaki bagian luar, *shooting* menggunakan kaki bagian dalam dan *shooting* menggunakan punggung kaki”. Teknik *Shooting* ini harus dikuasai baik agar peluang yang diciptakan pemain tidak sia-sia agar tim mendapatkan skor.

Sepak bola tidak hanya membutuhkan kekuatan fisik, tetapi juga teknik, taktik, dan mental yang baik. Terutama pada teknik dasar atau *basic skill* seperti *passing, control, dribbling, shooting, long passing, heading*, dll, harus dikuasai dengan baik dan benar agar dapat bermain sepak bola dengan baik. Hal terpenting dalam permainan sepak bola adalah teknik *shooting*. Karena teknik dasar tersebut yang seringkali dipakai oleh pemain untuk mencetak gol ke gawang lawan. Menurut Hutami dan Iswana (dalam Putra, 2021) yang menyatakan bahwa “*Shooting* merupakan teknik dasar yang harus dikuasai oleh setiap pemain, teknik ini merupakan cara untuk menciptakan gol, karena seluruh pemain mendapat kesempatan untuk menciptakan gol dalam memenangkan pertandingan. *Shooting* (menembak bola) adalah tendangan ke arah gawang yang bertujuan memasukan bola ke gawang lawan”.

Dari kutipan di atas dapat disimpulkan bahwa *shooting* adalah teknik dasar menendang bola ke arah gawang lawan dengan tujuan untuk mencetak gol atau skor. Teknik *shooting* menjadi bagian penting dalam permainan sepak bola karena menjadi teknik yang sering kali dipakai untuk mencetak gol dan memenangkan pertandingan. Dalam pelaksanaannya *shooting* bisa dilakukan menggunakan kaki bagian luar, bagian dalam, dan punggung kaki.



Gambar 2. 1 Teknik *Shooting*

Sumber : Iskandar (dalam Putra, 2021)

Sering terjadi kesalahan mendasar pada saat melakukan *shooting*, seperti posisi kaki dan tumpuan kaki kurang tepat, pandangan terlalu fokus ke gawang, kurangnya konsentrasi yang dapat mengakibatkan perkenaan kaki pada bola kurang tepat sehingga hasil *shooting* melenceng dari gawang lawan.

2.2 Hasil Penelitian yang Relevan

Penelitian terdahulu yang memiliki relevansi dengan penelitian ini antara lain yaitu:

Penelitian yang berjudul “Kontribusi Tingkat Konsentrasi terhadap Ketepatan *Shooting* Futsal” yang disusun oleh Utomo (2016). Ia mengatakan tujuan penelitian tersebut adalah untuk mengetahui kontribusi tingkat konsentrasi siswa terhadap ketepatan *shooting* dalam permainan futsal. Dan untuk mengetahui seberapa besar sumbangan tingkat konsentrasi siswa terhadap ketepatan *shooting* dalam permainan futsal. Jenis penelitian yang digunakan adalah non-eksperimen semu dengan pendekatan deskriptif kuantitatif. Sedangkan desain penelitian yang digunakan adalah desain penelitian korelasional. Populasi pada penelitian tersebut adalah seluruh peserta ekstrakurikuler futsal SMP PGRI 7 Sedati yang berjumlah 25 siswa. Cara memperoleh data menggunakan tes konsentrasi dan tes ketepatan service atas yang dilakukan 1 kali pertemuan. Hasil penelitian tersebut adalah terdapat kontribusi antara tingkat konsentrasi siswa terhadap ketepatan *shooting* dalam permainan futsal pada peserta ekstrakurikuler futsal SMP PGRI 7 Sedati tahun ajaran 2015/2016. Hal tersebut ditunjukkan dari hasil perhitungan analisis data dengan menggunakan korelasi product moment yang menunjukkan bahwa

rhitung lebih besar dari r_{tabel} ($0,499 < 0,3961$). 2) Besarnya sumbangan tingkat konsentrasi siswa terhadap ketepatan *shooting* dalam permainan futsal pada peserta ekstrakurikuler futsal SMP PGRI 7 Sedati tahun ajaran 2015/2016 yaitu sebesar 24,9%.

Penelitian yang berjudul “Kontribusi Power Otot Tungkai dan Percaya Diri Terhadap hasil *Shooting* Dalam Permainan Sepak Bola”. yang disusun oleh Bagus pada tahun 2021. Dalam penelitiannya ia mengatakan bahwa power otot tungkai dan percaya diri seorang pemain ini akan memberikan pengaruh yang besar terhadap hasil *shooting* dalam permainan sepak bola. Disamping itu, pemain terlihat percaya diri ketika melakukan *shooting*, percaya diri pemain terlihat dengan banyaknya yang melakukan *shooting* kearah gawang lawan. Tujuan penelitian ini adalah untuk memperoleh informasi tentang kemampuan *shooting* khususnya pada aspek fisik dan psikologi dengan melihat pada power otot tungkai dan percaya diri. Metode penelitian ini adalah menggunakan metode deskriptif kuantitatif. Populasi penelitian ini adalah siswa SSB Putra Garut sebanyak 30 orang, menggunakan teknik purposive sampling. Berdasarkan hasil penelitian, pengolahan data, analisis data dan pengujian hipotesis, maka : 1) Terdapat kontribusi yang berarti power otot tungkai terhadap hasil *shooting* dalam permainan sepak bola, dengan kategori cukup, yaitu 0,67, 2) Terdapat kontribusi yang berarti percaya diri terhadap hasil *shooting* dalam permainan sepak bola, dengan kategori cukup, yaitu 0,52, 3) Terdapat kontribusi yang berarti power otot tungkai dan percaya diri secara bersama-sama terhadap hasil *shooting* dalam permainan sepak bola, sangat tinggi, yaitu 0,82 (Nugraha, 2021).

Penelitian yang berjudul “Kontribusi koordinasi mata – kaki dan Konsentrasi terhadap kemampuan *shooting* kegawang siswa ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 6 Kandis Kabupaten Siak ” yang disusun oleh Iqbal tahun 2021. Ia mengatakan tujuan penelitian tersebut adalah untuk mengetahui kontribusi koordinasi mata - kaki dan konsentrasi terhadap kemampuan *shooting* kegawang siswa ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 6 Kandis Kabupaten Siak. Populasi dalam penelitian tersebut adalah siswa putera ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 6 Kandis Kabupaten Siak yang berjumlah 14 siswa putra. Teknik

pengambilan sampel adalah *total sampling* namun dengan demikian jumlah sampel 14 orang. Instrumen yang digunakan adalah *tes soccer wall volley test*, *grid concentration test* dan tes *shooting* permainan sepakbola. Kesimpulan penelitian tersebut adalah 1) terdapat kontribusi koordinasi mata - kaki terhadap kemampuan *shooting* kegawang dengan persentase KD sebesar 34,1%. 2) Tidak terdapat kontribusi konsentrasi terhadap kemampuan *shooting* kegawang dengan persentase KD hanya sebesar 9,8%. 3) Terdapat kontribusi koordinasi mata-kaki dan konsentrasi terhadap kemampuan *shooting* kegawang siswa ekstrakurikuler sepakbola SMP Negeri 6 Kandis Kabupaten Siak dengan persentase KD sebesar 34,7% (Iqbal, 2021).

Dari uraian diatas mengenai hasil penelitian terdahulu terdapat persamaan dan perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan. Jenis penelitian yang akan dilakukan ini sama dengan penelitian sebelumnya, yaitu penelitian deskriptif kuantitatif dengan pendekatan korelasional mengenai hasil dari teknik dasar sepak bola yaitu ketepatan *shooting*. Terdapat perbedaan pada tujuan penelitian, jumlah populasi dan sampel penelitian. Penelitian yang telah dilakukan bertujuan untuk mengetahui kontribusi atau sumbangan percaya diri dan konsentrasi terhadap ketepatan *shooting* sepak bola pada pemain klub Putra Banantaka U-19.

2.3 Kerangka Konseptual

Berdasarkan penjelasan di atas, penulis berpendapat bahwa *shooting* sangat penting dan berpengaruh dalam sepak bola karena semua pemain mendapatkan peluang mencetak gol untuk memenangkan pertandingan. Tujuan dari permainan sepak bola adalah mencetak gol sebanyak-banyaknya tanpa ada batasan maka dari itu teknik *shooting* sangat penting dalam permainan sepak bola.

Teknik dasar merupakan faktor yang paling utama dan berkontribusi besar terhadap hasil ketepatan *shooting*. Penguasaan teknik dasar *shooting* yang baik dan benar akan berdampak pada hasil *shooting* atau ketepatan *shooting*. Peneliti lain berpendapat sama bahwa “untuk meningkatkan keterampilan bermain sepakbola, para pemin harus menguasai macam-macam teknik dasar sepakbola. Di dalam permainan sepakbola teknik sangat dibutuhkan, tanpa menguasai teknik

sepakbola seperti *passing*, *shooting*, *dribbling*, *heading*, kontrol dengan baik, maka tujuan dari permainan, yaitu untuk mencari suatu kemenangan akan sulit tercapai” (Gazali, 2016). Selain itu terdapat faktor lain yang harus diperhatikan berkontribusi terhadap ketepatan *shooting* diantaranya adalah faktor psikologis. Kondisi psikologis seringkali terkesampingkan karena terlalu fokus dalam melatih penguasaan teknik dasar, padahal psikologis merupakan faktor lain yang harus diperhatikan pada pemain karena sedikit besarnya kondisi psikologis memiliki peranan terhadap keterampilan khususnya dalam teknik *shooting* sepak bola. Faktor psikologis yang memiliki peranan atau sumbangsih terhadap hasil ketepatan *shooting* adalah Percaya diri dan Konsentrasi.

Percaya diri berkontribusi terhadap teknik *shooting* sepak bola karena teknik ini membutuhkan kepercayaan terhadap kemampuan yang dimiliki dalam mengeksekusi tendangan ke gawang. Seorang ahli berpendapat bahwa “atlet harus memiliki kepercayaan diri yang tinggi, karena kepercayaan diri merupakan model utama untuk mencapai keberhasilan dalam berprestasi serta dapat mempertahankan kemampuan terbaiknya, sehingga atlet pelajar dapat menampilkan penampilan yang maksimal dalam berkompetisi” (Nisa & Jannah, 2021). Dari penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa percaya diri memiliki kontribusi yang penting terhadap *shooting* sepak bola.

Selain percaya diri, kondisi psikologis lainnya adalah konsentrasi. Konsentrasi sangat dibutuhkan dalam melakukan *shooting* karena permainan sepak bola tidak hanya fokus pada bola, tetapi ada lawan yang membuat konsentrasi terbelah. Pemain yang tidak memiliki konsentrasi yang baik pasti akan mudah hilang penguasaan bola, ketika melakukan *shooting* perkenaan kaki dengan bola tidak tepat yang berakibat pada hasil *shooting* atau ketepatan *shooting* ke gawang lawan. Menurut Gunarsa (Wicaksono, 2014) yang menyatakan bahwa “Dalam olahraga, konsentrasi sangat penting peranannya. Jika konsentrasi atlet terganggu pada saat melakukan gerakan olahraga, apalagi dalam pertandingan, maka dapat timbul berbagai masalah seperti berkurangnya akurasi gerakan, tidak dapat menerapkan strategi karena tidak mengetahui harus melakukan apa sehingga sudah pasti kepercayaan dirinya menjadi hilang atau

berkurang” (hlm.132). Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa konsentrasi memiliki peranan penting atau ikut berkontribusi terhadap ketepatan *shooting* sepak bola.

Berdasarkan penjelasan tersebut maka dapat diasumsikan bahwa kedua kondisi psikologi perlu diperhatikan untuk menunjang keberhasilan dalam melakukan teknik *shooting* sepak bola. kondisi psikologi ini biasa disebut unsur psikis yang dapat membantu mengaktualisasikan usaha fisik atau keterampilan teknik yang dimiliki pemain khususnya dalam melakukan *shooting* sepak bola. Maka dari itu penulis ingin lebih mengetahui seberapa besar kontribusi percaya diri dan konsentrasi terhadap ketepatan *shooting* sepak bola dengan langkah-langkah penelitian yang dicari dan dicantumkan sesuai teori yang dipilih dalam penelitian ini.

2.4 Hipotesis Penelitian

Hipotesis menurut Sugiyono (2019) “merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pernyataan” (hlm.99). Dikatakan sementara karena jawaban yang diberikan baru di dasarkan pada fakta-fakta empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data. Maka dari itu hipotesis berperan penting karena dapat menunjukkan harapan dari peneliti.

Berdasarkan kerangka berpikir yang dikemukakan di atas, maka penulis mengajukan hipotesis penelitian sebagai berikut:

- 1) Terdapat kontribusi yang berarti percaya diri terhadap ketepatan *shooting* sepak bola pada pemain Putra Banantaka FC U-19.
- 2) Terdapat kontribusi yang berarti konsentrasi terhadap ketepatan *shooting* sepak bola pada pemain Putra Banantaka FC U-19.
- 3) Terdapat kontribusi yang berarti percaya diri dan konsentrasi terhadap ketepatan *shooting* sepak bola pada pemain Putra Banantaka FC U-19.