

ABSTRAK

Budi Kurniawan Melayu (NIM 6163121011). “PENGARUH VARIASI LATIHAN *SHOOTING* TERHADAP KEMAMPUAN *SHOOTING* SEKOLAH SEPAK BOLA DISPORASU USIA 13-15 TAHUN 2021”.

Pembimbing : Ibrahim Wiyaka.

Skripsi :Fakultas Ilmu Keolahragaan, UNIMED 2021

Sepak bola di Indonesia termasuk salah satu olahraga favorit dan populer di tiap kalangan remaja maupun orangtua. Olahraga tim yang beranggotakan 11 orang pemain inti dan beberapa pemain cadangan ini mempunyai fokus pada taktik dan tentunya kemenangan yang ditunjang oleh latihan yang baik dan tepat. *Shooting* merupakan tendangan yang dilakukan pemain sepak bola dengan kekuatan kaki untuk menciptakan gol kearah gawang lawan. Semakin baik *shooting* pemain maka semakin besar pula kesempatan tim untuk menang dalam pertandingan. Untuk memperoleh kemampuan *shooting* yang baik maka diperlukan variasi latihan *shooting* yang baik pula.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh variasi latihan *shooting* terhadap kemampuan *shooting* sekolah sepak bola Disporasu usia 13-15 tahun 2021. Metode penilitian menggunakan uji regresi sederhana dengan uji normalitas sebagai uji prasayat dan uji t untuk pengujian hipotesis. Populasi penelitian adalah atlet sekolah sepak bola Disporasu usia 13-15 tahun sebanyak 20 atlet, dan sampel sebanyak 12 atlet yang diperoleh menggunakan metode *simple random sampling*.

Berdasarkan hasil uji hipotesis, maka diperoleh data pengujian hipotesis (t_{hitung}) sebesar 12,40. Selanjutnya dibandingkan dengan nilai t_{tabel} dengan dk $n - k$ ($12-2=10$) pada taraf signifikan α 0,05 adalah 2.228 dengan demikian $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($12,40 > 2.228$).

Hipotesis yang berbunyi “Terdapat pengaruh yang signifikan atas pemberian variasi latihan *shooting* terhadap kemampuan *shooting* pada sekolah sepak bola Disporasu usia 13-15 Tahun 2021”, diterima.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan antara variasi latihan *shooting* terhadap kemampuan *shooting* sekolah sepak bola Disporasu usia 13-15 tahun 2021.

Kata Kunci: Variasi Latihan, Shooting, Sepak Bola

ABSTRACT

Budi Kurniawan Melayu, (NIM 6163121011). "THE EFFECT OF VARIATION OF SHOOTING TRAINING ON THE SHOOTING ABILITY OF DISPORAS FOOTBALL SCHOOLS AGE 13-15 YEAR 2021". THESIS. FACULTY OF UNIMED SCIENCE.

These Supervisor : Ibrahim Wiyaka.

Thesis :Fakultas Ilmu Keolahragaan, UNIMED 2021.

Football in Indonesia is one of the favorite and popular sports among teenagers and parents. The team sport which consists of 11 core players and several reserve players has a focus on tactics and of course victory which is supported by good and precise training. Shooting is a kick taken by a soccer player with instep strength to create a goal towards the opponent's goal. The better the shooting of the player, the greater the chance for the team to win the match. To obtain good shooting skills, a good variety of shooting practice is needed.

This study aims to determine the effect of shooting training variations on the shooting ability of Disporasu football schools aged 13-15 years 2021.

The research method uses a simple regression test with normality tests as pre-cut tests and t test for hypothesis testing. The study population was 20 athletes from the Disporasu football school aged 13-15 years, and a sample of 12 athletes obtained using a simple random sampling method.

Based on the results of hypothesis testing, the hypothesis testing data (tcount) is 12.40. Furthermore, it is compared with the value of ttable with dk $n - k$ ($12-2=10$) at a significant level of 0.05 is 2.228, thus $tcount > ttable$ ($12.40 > 2.228$).

The hypothesis which reads "There is a significant effect on providing variations in shooting practice on shooting abilities at Disporasu soccer schools aged 13-15 in 2021", is accepted

The results of this study indicate that there is a positive and significant influence between the variation of shooting practice on the shooting ability of the Disporasu football school aged 13-15 in 2021.

Keywords: Exercise Variation, Shooting, Football