

ABSTRAK

Fathur Rizky Nasution, NIM : 6183321036. Peangruh Variasi Latihan *Shooting* Terhadap Hasil *Shooting* Pada Atlet Usia 13-15 Tahun SSB Satria Jaya Martubung Tahun 2022. (Pembimbing Skripsi : Nono Hardinoto) SKRIPSI : Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED 2022

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh variasi latihan dengan menggunakan latihan *shooting after passing* dan *shooting* statis terhadap hasil *shooting* pada atlet usia 13-15 tahun SSB Satria Jaya Martubung Tahun 2022. Populasi dari penelitian ini adalah atlet SSB Satria Jaya sebanyak 15 orang, teknik pengambilan sampel menggunakan *puposive sampling* yaitu sebanyak 11 orang dengan kriteria yang telah ditentukan. Teknik pengumpulan data yaitu melaksanakan tes dan pengukuran akurasi *shooting* berupa *pre tes* dan *post tes*. Pengukuran tes dilakukan dengan menembak bola ke sasaran yang sudah ditentukan sebanyak 6 kali kemudian hasilnya dijumlahkan. Hasil analisis hipotesis dari data *Pre-tes* dan *Post-tes* Hasil *Shooting* Pada Atlet Usia 13-15 Tahun SSB Satria Jaya Martubung Tahun 2022 diperoleh t hitung = 8.61. Dari daftar distribusi t maka t tabel dengan menggunakan peluang 0,05 dengan dk $n-1= 10$ diperoleh harga t $(0,05)(5) = 2,28$. Dalam kriteria pengujian hipotesis dinyatakan bahwa t hitung $>$ t tabel ($8.61 > 2,28$) sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari Variasi Latihan *Shooting* terhadap Hasil *Shooting* Pada Atlet Usia 13-15 Tahun SSB Satria Jaya Martubung Tahun 2022.

Kunci : Variasi Latihan *Shooting After Passing*, *Shooting* Statis, Dan Hasil *Shooting*

ABSTRACT

FATHUR RIZKI NASUTION, NIM : 6183321036. The Effect Of Shooting Exercise Variations On Shooting Results In Athletes Age 13-15 SSB Satria Jaya Martubung In 2022. (Supevisor : NONO HARDINOTO) Thesis : Faculty of Sport Science UNIMED, Medan 2022

The purpose of this study was to determine the effect of variations in training using shooting after passing and static shooting exercises on the shooting results of athletes aged 13-15 years at SSB Satria Jaya Martubung in 2022. The population of this study was 15 people from SSB Satria Jaya athletes. The sample used purposive sampling as many as 11 people with predetermined criteria. Data collection techniques are carrying out tests and shooting accuracy measurements in the form of pre-test and post-test. Measurement of the test is done by shooting the ball at a predetermined target 6 times and then the results are added up. The results of the hypothesis analysis from the Pre-test and Post-test data on Shooting Results for Athletes aged 13-15 Years SSB Satria Jaya Martubung in 2022 obtained t count = 8,61. From the t distribution list, the t table by using the probability of 0.05 with dk $n-1 = 10$ obtained the value of $t(0.05)(5) = 2.28$. In the hypothesis testing criteria it is stated that t count $>$ t table ($8,61 > 2.28$) so that H_0 is rejected and H_a is accepted. So it can be concluded that there is a significant effect of Variation of Shooting Exercises on Shooting Results for Athletes aged 13-15 years at SSB Satria Jaya Martbung in 2022.

Key: After Passing Shooting Practice Variations, Static Shooting, and Shooting Results