

ABSTRAK

AHMAD IRVAN, NIM : 6153121003, Pengaruh Variasi Latihan *Shooting* Terhadap Hasil *Shooting* Pada Pemain Sepakbola Usia 13-15 Tahun Klub Putra Tanjung Tanjungbalai Tahun 2021.

(Pembimbing Skripsi : NONO HARDINOTO)

Skripsi Medan : Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Medan, 2021.

Untuk mencapai prestasi olahraga sepakbola penguasaan kemampuan *shooting* sangat dituntut, dimana penguasaan teknik *shooting* sebagai ujung tombak dari serangan yang telah disusun. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh variasi latihan *shooting* terhadap hasil *shooting* Pemain Sepakbola Usia 13-15 Tahun Klub Putra Tanjung Tanjungbalai tahun 2021. Metode penelitian yang digunakan adalah metode eksperimen, dengan jumlah sampel 12 orang dari jumlah populasi 20 orang yang ditentukan dengan teknik purposive sampling. Selanjutnya sampel diberi variasi latihan *shooting* dengan 6 bentuk variasi latihan *shooting*. Adapun variabel yang diteliti dalam penelitian ini adalah variasi latihan *shooting* sebagai variabel bebas dan hasil *shooting* sebagai variabel terikat. Dalam pelaksanaannya sebelum pemain diberikan perlakuan, terlebih dahulu pemain melakukan tes awal (pre test) yaitu dengan tes menembak/menendang bola ke sasaran (*shooting*) Ardi Nusri (2018). Kemudian sampel diberikan latihan menggunakan variasi latihan *shooting* dengan program latihan yang telah disusun. Kemudian setelah 6 minggu menjalani latihan terprogram, sampel melakukan tes akhir (post test), sama seperti pada tes awal yang berguna untuk mengetahui apakah bentuk latihan yang diberikan dapat berpengaruh kepada pemain atau sampel. Selanjutnya untuk memperoleh hasil *shooting*, maka dilakukan tes dengan menggunakan tes menembak/menendang bola ke sasaran (*shooting*). Penelitian ini dilakukan selama 6 (enam) minggu dengan frekuensi 3 (tiga) kali dalam seminggu. Untuk melihat pengaruh variabel bebas maupun terikat, maka digunakan perhitungan statistik uji normalitas, dan uji hipotesis. Dari hasil pengujian hipotesis, variasi latihan *shooting* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap hasil *shooting* atlet Sepakbola Usia 13-15 Tahun Klub Putra Tanjung Tanjungbalai. Dengan membandingkan nilai thitung dengan nilai ttabel diperoleh thitung > ttabel yaitu $9,015 > 2.201$. Dengan demikian H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan dari variasi latihan *shooting* terhadap hasil *shooting* atlet Sepakbola Usia 13-15 Tahun Klub Putra Tanjung Tanjungbalai.

Kata kunci: pengaruh variasi latihan *shooting*

ABSTRACT

AHMAD IRVAN, NIM : 6153121003, The Effect of Shooting Practice Variations on Shooting Results in Soccer Players Age 13-15 Years Old Tanjung Tanjungbalai Men's Club in 2021.

(Thesis Supervisor : NONO HARDINOTO)

Medan Thesis : Faculty of Sports Science, Medan State University, 2021.

To achieve soccer achievements, mastery of shooting skills is highly demanded, where mastery of shooting techniques is the spearhead of the attacks that have been prepared. This study aims to determine the effect of variations in shooting practice on the results of shooting soccer players aged 13-15 years at the Tanjung Tanjungbalai Men's Club in 2021. The research method used is an experimental method, with a sample of 12 people from a population of 20 people determined by purposive sampling technique. . Furthermore, the sample was given a variety of shooting exercises with 6 forms of shooting practice variations. The variables studied in this study were variations in shooting practice as the independent variable and shooting results as the dependent variable. In its implementation, before the player is given treatment, the player first does an initial test (pre-test), namely by shooting/kicking the ball to the target (shooting) Ardi Nusri (2018). Then the sample was given training using a variety of shooting exercises with an exercise program that had been prepared. Then after 6 weeks of programmed training, the sample did a post-test, the same as in the initial test, which was useful to find out whether the form of exercise given could affect the players or the sample. Furthermore, to obtain shooting results, a test is carried out using a shooting test / kicking the ball to the target (shooting). This research was conducted for 6 (six) weeks with a frequency of 3 (three) times a week. To see the effect of independent and dependent variables, statistical calculations of normality test and hypothesis testing are used. From the results of hypothesis testing, variations in shooting practice have a significant effect on the shooting results of 13-15 year old soccer athletes at the Tanjung Tanjungbalai Men's Club. By comparing the value of t_{count} with the value of t_{table} , it is obtained that $t_{count} > t_{table}$ is $9.015 > 2.201$. Thus, H_0 is rejected and H_a is accepted, which means that there is a significant effect of variations in shooting practice on the shooting results of 13-15 year old soccer athletes at Tanjung Tanjungbalai Men's Club.

Keywords: the effect of shooting practice variations