

ABSTRAK

TIGOR KARTASASMITA. Upaya Meningkatkan Hasil *Shooting* dengan tahapan latihan teknik *shooting* Pada Pemain Usia 12 – 15 Tahun Sekolah Sepakbola Bintang Muda Junior Tapsel Tahun 2015.

(Pembimbing : DEWI ENDRIANI, S.Pd, M.Pd). Skripsi : Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED 20154

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar peningkatan hasil *shooting* atlet sekolah sepakbola Bintang Muda Junior usia 12-15 tahun melaluitahapan latihan teknik *shooting*. Untuk menganalisis data dalam penelitian ini dan untuk mengetahui hasil peningkatan *shooting* dilihat dari ketercapaian target hasil latihan secara individu dan kelompok.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Sport Action Research* (SAR) atau Penelitian Tindakan Olahraga (PTO). Instrumen penelitian untuk pengumpulan data dilakukan dengan tes menembak kesasaran dan dilanjutkan dengan program latihan melalui tahapan latihan teknik *shooting*.

Berdasarkan hasil *pre-test* sebelum diberi perlakuan melaluitahapan latihan teknik *shooting* pada atlet Sekolah sepakbola Bintang Muda Junior usia 12-15 tahun. Dari 14 atlet (100%) tidak terdapat mencapai target hasil latihan dengan nilai rata keseluruhan 53,36%. Kemudian Pada *pos- test* dari 14 atlet terdapat 12 atlet (85,71%) yang mencapai target hasil latihan dan 2 atlet (14,29%) tidak mencapai target hasil latihan dengan nilai rata-rata keseluruhan 82,76% sehingga mencapai tingkat ketercapaian target hasil latihan.

Dalam hal ini terdapat peningkatan nilai rata-rata atlet sebesar 25,40% dan peningkatan ketercapaian kelompok sebesar 80%. Berdasarkan hasil analisis data dapat dikatakan bahwa tahapan latihan teknik *shooting* dapat meningkatkan hasil *shooting* atlet Sekolah sepakbola Bintang Muda Junior Usia 12-15 tahun 2015.