

ABSTRAK

RINALDI P. Perbedaan Pengaruh Latihan *Shooting After A Centering Pass* Dengan Latihan *Shooting After A Dribble* Terhadap Peningkatan Hasil *Shooting* Pada Pemain Sepakbola Usia 15-16 Tahun Di SMA Negeri 1 Barumun Padang Lawas Tahun 2013/2014.

(Pembimbing: H. M. NUSTAN HASIBUAN).

Skripsi. Medan : Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED 2014.

Sepakbola merupakan olahraga yang sudah memasyarakat, setiap regu disebut kesebelasan. Masing-masing kesebelasan berusaha untuk memasukan bola sebanyak-banyaknya ke dalam gawang lawan dan mempertahankan gawangnya agar tidak kemasukan bola. Dalam permainan sepak bola banyak teknik yang harus dikuasai oleh pemain diantaranya adalah membawa bola, menyundul bola dan yang paling penting adalah menembak bola ke gawang atau *shooting*. Untuk dapat melakukan *shooting* yang baik diperlukan ketepatan dan juga koordinasi serta beberapa kondisi fisik yang lain sehingga hal tersebut perlu dilatih agar kemampuan *shooting* sepak bola bisa semakin baik. Terdapat berbagai latihan yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan *shooting* sepak bola diantaranya adalah latihan *shooting after a centering pass* dan latihan *shooting after a dribble*. Kedua bentuk latihan tersebut merupakan latihan teknik yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan *shooting* sepak bola.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan pengaruh antara latihan *shooting after a centering pass* dan latihan *shooting after a dribble* terhadap peningkatan hasil *shooting* dalam permainan sepakbola pada pemain sepakbola usia 15-16 tahun di SMA Negeri 1 Barumun Padang Lawas 2013/2014.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *experiment*. Dengan pelaksanaan latihan yaitu *shooting after a centering pass* dan latihan *shooting after a dribble*.

Populasi adalah pemain sepakbola usia 15-16 tahun di SMA Negeri 1 Barumun Padang Lawas 2013/2014 berjumlah 15 orang. Jumlah sampel 14 orang diperoleh dengan teknik *purposive random sampling*, selanjutnya dibagi menjadi dua kelompok dengan teknik *mathing pairing* yaitu kelompok latihan *shooting after a centering pass* dan latihan *shooting after a dribble*. Instrumen penelitian untuk pengumpulan data dengan tes dan pengukuran yaitu tes menembak bola ke sasaran untuk mengetahui kemampuan *shooting* sepak bola. Penelitian

dilaksanakan selama 6 (enam) minggu dengan latihan 3 (tiga) kali dalam seminggu. Untuk melihat pengaruh masing masing variabel bebas maupun terikat digunakan perhitungan statistic uji- t berpasangan dan uji t tidak berpasangan.

Analisis hipotesis pertama dari data *pre-test* dan data *post-test* hasil *shooting* dalam permainan sepakbola pada kelompok latihan *shooting after a centering pass* diperoleh t_{hitung} sebesar 4,87 serta t_{tabel} sebesar 1,943 dengan $\alpha=0,05$ ($t_{hitung} > t_{tabel}$) berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Jadi, latihan *shooting after a centering pass* berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan hasil *shooting* dalam permainan sepakbola pada pemain sepakbola usia 15-16 tahun di SMA Negeri 1 Barumun Padang Lawas.

Analisis hipotesis kedua dari data *pre-test* dan data *post-test* hasil *shooting* dalam permainan sepakbola pada kelompok latihan *shooting after a dribble* diperoleh t_{hitung} sebesar 4,01 serta t_{tabel} sebesar 1,943 dengan $\alpha=0,05$ ($t_{hitung} > t_{tabel}$) berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Jadi, latihan *shooting after a dribble* berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan hasil *shooting* dalam permainan sepakbola pada pemain sepakbola usia 15-16 tahun di SMA Negeri 1 Barumun Padang Lawas.

Analisis hipotesisi ketiga dari perhitungan rata- rata dan simpangan baku diperoleh harga t_{hitung} sebesar 1,82 serta t_{tabel} sebesar 1,78 dengan $\alpha=0,05$ ($t_{hitung} > t_{tabel}$) berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Jadi, latihan *shooting after a centering pass* lebih baik dari latihan *shooting after a dribble* terhadap peningkatan hasil *shooting* dalam permainan sepakbola pada pemain sepakbola usia 15-16 tahun di SMA Negeri 1 Barumun Padang Lawas.

