



**PENGARUH VARIASI LATIHAN SHOOTING AFTER DRIBBLING DAN SHOOTING
AFTER PASSING TERHADAP AKURASI SHOOTING PADA ATLET USIA 11-13
TAHUN SSB SOCCER PRATAMA TAHUN 2021**

Fernando H. Girsang¹, Amir Supriadi²

¹ Universitas Negeri Medan

Jl. William Iskandar Ps.V, Kenangan Baru, Sumatera Utara

Email : girsangfernando96@gmail.com

The purpose of this study was to determine the effect of training variants using Shooting After Dribbling Exercises and Shooting After Passing Exercises on Shooting Accuracy in athletes aged 11-13 years SSB Soccer Pranata in 2021. The population of this study were 30 SSB Soccer students, the technique of taking The sample used purposive sampling as many as 10 people with predetermined criteria. The data collection technique is carrying out tests and measurements of shooting accuracy in the form of pre test and post test, namely Shooting After Dribbling and Shooting After Passing. Measurement of the test is done by shooting the target ball that has been determined 5 times and then the results are added up. The results of this study indicate that (1) Shooting after dribbling and Shooting after passing exercises provide a significant increase in shooting results for players aged 11-13 years at SSB Soccer Pratama 2021. It can be seen from the difference in the average ability of students before training. and after exercise. (2) The pretest score of the players in this study was 5.4 while the score of the posttest of the players was 13.8 with $t_{count} = 10.1$ and $t_{table} = 2.13$ so that it can be said that $t_{count} > t_{table}$. So it can be concluded that this exercise greatly affects the shooting ability of players aged 11-13 years at SSB Soccer Pratama on their shooting abilities.

Keywords: Practice Variations Shooting After Dribbling, Shooting After Passing, and Shooting

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh varian latihan dengan menggunakan Latihan Shooting After Dribbling dan Latihan Shooting After Passing terhadap Akurasi Shooting pada atlet usia 11-13 tahun SSB Soccer Pranata tahun 2021. Populasi dari penelitian ini adalah siswa SSB Soccer sebanyak 30 orang, teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling yaitu sebanyak 10 orang dengan kriteria yang telah ditentukan. Teknik pengumpulan data yaitu melaksanakan test dan pengukuran akurasi shoting berupa pre test dan post test yaitu Shooting After Dribbling dan Shooting After Passing. Pengukuran test dilakukan dengan

menembak bola kesasaran yang sudah ditentukan sebanyak 5 kali kemudian hasilnya dijumlahkan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa (1) Latihan Shooting after dribbling dan Shooting after passing memberikan peningkatan yang signifikan terhadap hasil Shooting pada pemain usia 11-13 tahun di SSB Soccer Pratama 2021. Hal itu dapat dilihat dari perbedaan rata-rata kemampuan siswa sebelum dilakukan latihan dan setelah dilakukan latihan. (2) Nilai pretest pemain didalam penelitian ini adalah 5.4 sedangkan nilai dari posttest pemain adalah 13.8 dengan perhitungan $thitung = 10.1$ dan $ttabel = 2.13$ sehingga dapat dikatakan nilai $thitung > ttabel$. Sehingga dapat disimpulkan bawah latihan ini sangat mempengaruhi kemampuan shooting pemain usia 11-13 tahun di SSB Soccer Pratama terhadap kemampuan shootingnya.

Kunci: Variasi Latihan Shooting After Dribbling, Shooting After Passing, dan Akurasi Shooting

PENDAHULUAN

Sepak bola merupakan olahraga permainan yang menggunakan bola, lapangan dan dimainkan oleh dua regu yang masing-masing regu terdiri atas sebelas pemain dan salah satunya penjaga gawang dan disebut dengan kesebelasan. Dalam permainan sepak bola diperlukan kerja sama yang baik dan tentu harus didukung dengan teknik-teknik. Adapun teknik yang dimaksud adalah dribbling, passing, shooting, controlling, dan heading. Untuk memperoleh teknik dasar sepak bola yang baik dan benar, diperlukan latihan yang baik, terprogram, dan dilakukan dengan rutin dan penuh kedisiplinan.

Ada beberapa teknik dasar dalam permainan sepak bola, salah satunya teknik shooting. Shooting merupakan satu teknik dasar yang harus mendapatkan perhatian yang lebih dari pelatih terhadap pemain. Dalam permainan sepak bola, menendang merupakan salah satu usaha untuk memindahkan bola dari suatu tempat ke tempat lain dengan menggunakan kaki. SSB Soccer Pratama salah satu klub yang berlokasi dijalan Karya Jaya Titi Kuning Kota Medan Sumatera Utara.

Berdasarkan hasil wawancara dengan pelatih SSB Soccer Pratama, dikatakan bahwa SSB ini masih banyak kekurangan di beberapa hal

seperti kondisi fisik dan tekniknya. Berdasarkan hasil tes kemampuan shooting pada atlet SSB Soccer Pratama usia 11-13 terdapat 10 (sepuluh) dalam setiap atletnya mempunyai klasifikasi pada saat menembak (shooting) kurang baik harus banyak berlatih supaya dapat memaksimalkan tendengannya dengan tepat dan benar. Dalam pengamatan yang dilakukan peneliti saat pertandingan selama 20 menit shooting atau peluang ke gawang berkisar 11 kali. Sehingga hasil dari tes kemampuan shooting dan hasil pertandingan saat ujicoba dapat disimpulkan bahwa atlet sepak bola SSB Soccer Pratama Medan masih kurang dalam teknik melakukan shooting itu dapat dilihat dari tes yang dilakukan di lapangan. Tidak jauh berbeda latihan yang dilakukan atlet sepak bola usia 11-13 SSB Soccer Pratama pada hari Senin, Kamis, dan Sabtu mereka lebih dominan berlatih pada pola permainan dan daya tahan untuk memperkuat stamina. Untuk latihan shooting biasanya mereka melakukannya pada saat sebelum dimulainya sesi pertandingan (game) dan durasilatihan tersebut cukup singkat sekitar 10 menit. Dan bentuk latihannya seperti tendangan 12 pas (pinalty) tendangan pagar lalu operan dari kawan lalu yang menerima bola langsung shooting ke gawang. Berdialog dengan



pelatih serta pengamatan di lapangan, dapat disimpulkan bahwa kemampuan teknik shooting atlet SSB Soccer Pratama sangat buruk dan perlu ditingkatkan agar kemampuan teknik shooting-nya menjadi lebih baik, sehingga pemanfaatan peluang lebih maksimal dalam menciptakan gol. Tentunya dengan gol yang tercipta akan membawa kesebelasan tersebut memperoleh kemenangan atas lawannya.

Demikian yang menjadi pokok permasalahan adalah kemampuan teknik terhadap akurasi shooting atlet sepak bola sehingga akurasi shooting perlu dilatih. Banyak cara atau metode latihan teknik shooting dalam sepak bola, diantaranya adalah latihan shooting after dribbling dan latihan shooting after passing sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Pengaruh Variasi Latihan Shooting After Dribbling dan Shooting After Passing Terhadap Akurasi Shooting Pada Atlet Usia 11-13 Tahun SSB Soccer Pratama Tahun 2021.

Sepak bola adalah permainan beregu, yang setiap regunya terdiri dari sebelas orang pemain salah satunya adalah penjaga gawang, permainan seluruhnya menggunakan kaki kecuali penjaga gawang boleh menggunakan tangan di daerah hukumannya (Anam, 2013) Permainan sepak bola merupakan permainan kelompok yang melibatkan banyak unsur, seperti fisik, teknik, taktik, dan mental (Utama et al., 2017) Sepak bola adalah permainan dengan cara menendang sebuah bola yang diperebutkan oleh para pemain dari dua kesebelasan yang berbeda dengan bermaksud memasukan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri jangan sampai kemasukan bola (Atiq & Selamat Budiyanto, 2020) SSB merupakan sebuah organisasi olahraga khususnya sepak bola yang memiliki fungsi mengembangkan potensi yang dimiliki atlet. Tujuan SSB untuk menghasilkan atlet yang memiliki kemampuan yang baik, mampu bersaing

dengan SSB lainnya, dapat memuaskan masyarakat, dan mempertahankan kelangsungan hidup suatu organisasi (Soedjono, 1992:2). Dengan demikian yang dimaksud SSB dalam penelitian ini adalah suatu organisasi olahraga khususnya sepak bola yang memiliki fungsi mengembangkan potensi atlet yang berkualitas dalam sepak bola.

(Irawan et al., n.d. :2018) mendefinisikan teknik dasar sepak bola sebagai berikut:

1. Menendang (Kicking/shooting)

Menendang bola merupakan salah satu karakteristik permainan sepak bola yang paling dominan. Pemain yang memiliki teknik menendang dengan baik, akan dapat bermain secara efisien. Tujuan menendang bola adalah untuk mengumpan (passing), menembak (shooting), dan menyapu untuk menghalau bola.

a. Mengoper Bola (Passing)

Mengoper Bola (Passing) adalah seni memindahkan momentum bola dari satu pemain ke pemain lain (Danny Mielke, 2007:19). Passing adalah memindahkan bola dari kaki anda ke kaki pemain lain, dengan menggunakan kaki bagian dalam serta bola menyusur di tanah (Robert Koger, 2007:19). Ketepatan atau akurasi tendangan sangat diperlukan agar pemain dapat mengoper bola kepada pemain lain dan melakukan tembakan yang jitu ke arah gawang tim lawan.

b. Menembak Bola (shooting)

Menembak bola (shooting) adalah tendangan ke arah gawang dengan tujuan untuk memasukan bola ke gawang lawan.

2. Menghentikan / Menguasai Bola (Stopping/Controlling/Receiving)

Tujuan menghentikan bola yaitu untuk mengontrol bola. Yang termasuk dalam mengontrol bola yaitu mengatur tempo permainan, memindahkan arah bola, mengalihkan laju permainan, dan memudahkan passing.

3. Menggiring Bola (dribbling)

Menurut (Amir Supriadi, 2015) menggiring

bola adalah suatu upaya yang dilakukan oleh seorang pemain untuk membawa bola didaerah ruang gerak yang sempit, dimana pemain berada diantara para pemain lawan. Menggiring bola bertujuan antara lain untuk mendekati jarak ke sasaran, melewati lawan, dan menghambat permainan. Seorang pemain harus mampu menggiring bola sampai ada kemungkinan menenbak ke gawang lawan atau mengoper.

4. Menyundul Bola (Heading)

Menyundul bola pada dasarnya memainkan bola dengan kepala. Tujuan menyundul bola dalam permainan sepak bola adalah untuk mengumpan, mencetak gol, dan untuk mematahkan serangan lawan. Menurut (Atiq & Selamat Budiyanto, 2020) menyundul bola pada hakekatnya memankan bola dengan kepala.

5. Merampas Bola (Tackling)

Merampas bola merupakan upaya untuk merebut bola dari penguasaan lawan. Merampas bola dapat dilakukan sambil berdiri (standing tackling) dan sambil meluncur (sliding tackling). Merampas bola (tackling) menurut (Pujianto et al., 2020) adalah teknik merampas bola dari lawan yang sedang menguasai bola. Untuk keberhasilan dalam merebut bola kecuali teknik merebut bolanya sendiri, masih ditentukan oleh faktor keberanian, kekuatan dan ketenangan pemain.

6. Gerak Tipu (Feinting)

Menurut (Arma Abdoellah, 1981: 428) Gerak tipu dengan bola yang diartikan gerak tipu membawa bola dicampur dengan gerak tipu badan.

7. Lemparan ke Dalam (Throw-in)

Lemparan ke dalam merupakan satu-satunya teknik dalam sepak bola yang dimainkan dengan lengan dari luar lapangan permainan. Menurut (Sucipto, dkk. 2000: 36) lemparan ke dalam merupakan satu-satunya teknik dalam permainan sepak bola yang dimainkan dengan lengan dari luar lapangan permainan.

8. Teknik Penjaga Gawang (Goal

Keeping)

Teknik penjaga gawang merupakan teknik khusus yang hanya dilakukan oleh penjaga gawang. Teknik yang dilakukan penjaga gawang antara lain: menangkap bola yang tergulir di tanah, menangkap bola setinggi perut, menangkap bola setinggi dada, dan men-tip bola tinggi melalui atas gawang. Menurut (Atiq & Selamat Budiyanto, 2020) penjaga gawang merupakan pertahanan yang paling akhir dalam permainan sepak bola. Para penjaga gawang harus memiliki banyak keterampilan dan sering harus bertindak sebagai lini pertahanan terakhir.

Latihan shooting after dribbling adalah bentuk latihan shooting ke gawang setelah menggiring bola, sebelumnya rekan satu timnya melakukan passing dalam bentuk diagonal. Tujuan dari latihan ini adalah tekanannya agar pemain dapat lebih berkonsentrasi untuk menentukan arah yang tepat dalam melakukan shooting ke gawang, karena latihan ini menyajikan bentuk permainan yang sebenarnya.

(Kolman et al., 2019) menyatakan diantaranya adalah bentuk latihan shooting after dribbling, dan shooting after passing. Latihan shooting after passing adalah bentuk latihan shooting ke gawang setelah posisi berada ditengah gawang, sebelumnya rekan satu timnya melakukan passing menyilang dari sudut lapangan. Tujuan latihan ini adalah pemain diberikan kebebasan memainkan bola sebelum melakukan shooting, dan latihan ini meningkatkan teknik pemain perorangan dalam melakukan tembakan ke gawang secara tepat.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah metode eksperimen menggunakan test dan pengukuran yang bertujuan mengungkapkan suatu gambaran secara sistematis, faktual dan akurat tentang fenomena yang diteliti.

Tabel 1. Desain Penelitian

Pre Test (T ₁)	Perlakuan (X ₁)	Post Test (T ₂)
Tes akurasi shooting	Pemberian Bentuk Latihan	Tes akurasi shooting

Ket :

T1 = Pre Test (Tes akurasi shooting)

X1 = Latihan shooting after dribbling dan latihan shooting after passing

T2 = Post Test (Tes akurasi shooting)

Sebelum diberi perlakuan dilakukan pre-test akurasi shooting, kemudian sampel diberi perlakuan yang sama dalam melakukan Latihan shooting after dribbling dan latihan shooting after passing. Perlakuan ini diberikan selama 18 kali pertemuan (3minggu dengan volume latihan 6 kali seminggu), kemudian dilakukan post-test. Selanjutnya, data yang diperoleh diolah dengan prosedur statistik dengan menggunakan perhitungan t-hitung, uji normalitas dan uji homogenitas. Petunjuk pelaksanaan shooting sebagai berikut:

1. Alat: bola, meteran, gawang, nomor-nomor, tali.
2. Pelaksanaan: Testi berdiri di belakang bola yang diletakkan pada sebuah titik yang berjarak 16.5 meter di depan gawang/sasaran. Setelah mendapat aba-aba yak testi melakukan tendangan ke arah gawang. Testi diberi 3 kali kesempatan.
3. Skor: Bila bola hasil tendangan bola mengenai tali atau garis pemisah skor pada sasaran, maka diambil skor terbesar dari

kedua sasaran tersebut.

4. Gerakan tersebut dinyatakan gagal bila: (a) Bola keluar dari daerah sasaran dan (b) Menempatkan bola tidak pada jarak 16,5 m dari sasaran.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil test dan pengukuran yang dilakukan di lapangan merupakan penelitian yang dilakukan selama 3 minggu termasuk pengambilan data. Dilakukan untuk mengungkapkan kebenaran hipotesis yang telah diajukan. Hasil test dan pengukuran yang telah diolah melalui rumus statistic menunjukkan deskripsi data sebagai berikut:

Data hasil pre-test dan post-test latihan Shooting after dribbling dan Shooting after passing terhadap hasil kemampuan Shooting pemain usia 11-13 tahun do sekolah sepak bola (SSB) Soccer Pratama tahun 2021.

Tabel 2. Data hasil kemampuan Shooting siswa pemain usia 11-13 tahun 2021 di SSB Soccer Pratama

Keterangan	Kemampuan Shooting	
	Pretest	Postest
Rentang	6	10
Rata-Rata	5.4	13.45
Standard Deviasi	2.06	3.20
Varians	4.26	10.27
Rata rata beda	8.4	
Simpangan Beda	2.63	
T table	2.13	
T hitung	10.01	

Dari hasil pretest pada table diatas terhadap hasil kemampuan Shooting sepakbola diperoleh rentang 6 dengan rata-rata 5.4 dan simpangan baku 2.06. dari hasil post-test diperoleh rentang 10 dengan rata-rata 13.45

dan simpangan baku 3.20. Dari rata-rata pre-test dan post-test didapat nilai beda 8.4 dengan simpangan beda 2.63 sehingga diperoleh $t_{hitung}=10.01$.

Untuk melihat data berdistribusi normal atau tidaknya sampel penelitian tiap variabel maka dilakukan uji Normalitas. Dalam pengujian dalam penelitian ini uji normalitas yang digunakan adalah menggunakan uji Lilifors. Dibawah ini merupakan hasil normalitas pretest dan posttest pada penelitian.

Tabel 3. Hasil uji pre-test dan post-test Normalitas

Keterangan	Kelompok Sampel	N	L_0	L_t	Status
Hasil Shooting	Pretest	10	0.224	0.258	Normal
	Posttest	10	0.114	0.258	Normal

Melalui hasil data pada Tabel 4.2. diatas maka dapat dilihat bahwa untuk sampel yang diuji sebelum analisis menunjukkan melalui perhitungan Untuk kelas pretest diketahui bahwa nilai $L_0=0.224$ sedangkan berdasarkan table lilifors untuk nilai $L_t=0.258$ dengan adanya nilai perhitungan L yang lebih kecil maka diketahui bahwa bahwa sampel yang diambil dari populasi berdistribusi Normal.

Hasil perhitungan uji homogenitas varians untuk melihat apakah sampel diambil dari populasi yang memiliki varians homogen. Uji homogen yang digunakan pada penelitian ini menggunakan uji F.

Tabel 4. Hasil Uji Homogenitas

Keterangan	N	F_{hitung}	F_{tabel}	Kesimpulan
Pretest dan posttest	10	2.407	3.18	Homogen

Berdasarkan Tabel 4 mengenai perhitungan variasi dari sampel yang diambil dari populasi diatas maka pada tahap uji prasyarat uji homogenitas dapat diketahui bahwa sampel dari variansi populasi yang homogen. Dikarenakan nilai $F_{hitung}=2.407$ sedangkan berdasarkan table F untuk $\alpha=0.05$ untuk nilai F tabelnya didapat 3.18.

Setelah data diperoleh dan dilakukan uji prasyarat uji normalitas dan homogenitas maka langkah selanjutnya adalah menguji hipotesis penelitian yang diajukan dengan menggunakan uji statistic uji-t berpasangan. Perhitungan tersebut adalah sebagai berikut:

Tabel 5. Hasil Uji Hipotesis

Keterangan	N	t_{hitung}	t_{tabel}	Kesimpulan
Uji t berpasangan	10	10.1	2.13	Berpengaruh
Rata-rata pretest	5.4			
Rata-rata posttest	13.45			

Berdasarkan tabel 5 dilihat bahwa rata-rata untuk pretest pemain usia 11-13 tahun SSB Soccer Pratama ialah 5.4 dari 3 kali percobaan shooting sedangkan rata-rata post-test ialah 13.45 untuk 3 kali percobaan. Sehingga dapat dilihat bahwa adanya perbedaan yang sangat signifikan antara sebelum latihan shooting after dribbling dan shooting after passing terhadap kemampuan shooting. Dilihat dari uji hipotesis



berdasarkan desain penelitian one group pretest-posttest dengan $\alpha=0.05$ maka didapat $t_{hitung}=10.1$ sedangkan $t_{(tabel)}=2.13$ sehingga nilai $t_{hitung}>t_{tabel}$ berdasarkan kriteria penelitian ditarik kesimpulan bahwa perlakuan latihan shooting after dribbling dan shooting after passing memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kemampuan shooting pemain usia 11-13 tahun di SSB Soccer Pratama.

Dari hasil pengujian awal sebelum dilakukan penelitian dilihat bahwa kemampuan siswa di dalam melakukan shooting dengan 3 kali di dapatkan 3 siswa tidak baik di dalam melakukan shooting sedangkan 6 orang kurang baik di dalam melakukan shooting dan 1 orang melakukan dengan cukup baik. Di dapat data tersebut dikarenakan mereka masih belum bisa melakukan shooting tepat ke sasaran yang diinginkan. Berdasarkan norma yang ada dikatakan bahwa dominan pemain di SSB tersebut masih kurang baik didalam melakukan shooting dengan norma yang diterapkan meskipun ada sebagian yang memiliki shooting yang cukup baik.

Setelah dilakukan pengujian awal maka peneliti melakukan latihan dengan memberikan variasi latihan shooting after dribbling dan variasi latihan shooting after passing. Latihan ini merupakan perlakuan yang diberikan 3 minggu dengan 6 hari

perminggunya. Dengan perlakuan penelitian ini setelah dilakukan posttest didapatkan 4 siswa melakukan shooting dengan cukup baik 5 siswa melakukan shooting dengan baik dan 1 pemain melakukan shooting sangat baik. Peningkatan kemampuan ini ditemukan karena keseriusan dari pemain didalam mengikuti latihan dan efek yang didapatkan oleh pemain setelah mengikuti latihan shooting after dribbling dan shooting after passing.

Pengujian Normalitas dan homogenitas merupakan pengujian yang diberikan pada data yang didapat untuk menentukan apakah sampel diambil dari populasi yang homogen dan data yang normal. Di dalam hasil penelitian data berdistribusi normal dengan rata-rata pretestnya adalah 5.4 dari 3 kali shooting dan rata-rata posttestnya adalah 13.8 dengan 3 kali shooting juga. Dengan menggunakan aplikasi Microsoft Excel bahwa data merupakan data berdistribusi normal. Pengujian prasyaratnya sebelum melakukan uji hipotesis dalam one group pretest – posttest lainnya adalah uji homogenitas. Dalam data SSB Soccer Pratama dengan jumlah sampel 10 pemain diperoleh dari seluruh populasi pemain maka dengan rumus uji F pada buku (Sudjana, 2009) didapatkan bahwa sampel diambil dari populasinya yang homogeny dengan nilai F



hitungnya 2.407 sedangkan F tabelnya 3.18. Pengujian hipotesis dilakukan untuk melihat adanya pengaruh dari shooting after dribbling dan shooting after passing. Pada pengujian ini dilakukan dengan uji t berpasangan berdasarkan desain penelitian yang ada pada BAB III dimana setelah dilakukan uji pretest dan posttest. Di dalam uji t yang dilakukan di dapatkan bahwa nilai $t_{hitung}=10.1$ dan nilai $t_{tabel}=2.13$ sehingga nilai $t_{hitung}>t_{tabel}$ sehingga didapat bahwa adanya perubahan signifikan dengan latihan. Faktor yang menyebabkan meningkatkan hasil Shooting pada pemain sepakbola pemain usia 11-13 Tahun di SSB Soccer Pratama yaitu metode latihan shooting after dribbling memberikan kebebasan pada pemain dapat berkonsentrasi pada saat melakukan dribbling bola untuk menentukan arah yang tepat sebelum melakukan shooting ke gawang dengan berlatih selama 3 minggu kemudian dilakukan pengulangan/repetisi sebanyak 6 kali seminggu. Hal ini sesuai Ada beberapa faktor yang harus dipenuhi dalam penyusunan “Shooting after dribbling” lamanya latihan, beban atau intensitas latihan, ulangan(repetisi), melakukan latihan, masa istirahat setelah repetisi(ulangan) setiap latihan dan Harsono (1988: 101) mengatakan bahwa” latihan dapat meningkatkan dengan menggunakan sistem repetisi dan set yang

ditentukan secara sistematis. Pelatihan kedua bahwa shooting after passing memberikan pengaruh yang signifikan dari hasil pre-test dan post-test, terdapat peningkatan hasil shooting pada pemain usia 11-13 tahun. Di SSB Soccer Pratama faktor yang menyebabkan meningkatnya hasil shooting pada pemain sepak bola yaitu bentuk latihan dalam shooting after passing memberikan efek laju bola berjalan kencang saat dikuasai pemain sebelum melakukan shooting sehingga pemain terampil dalam melakukan shooting ke gawang.

KESIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian berdasarkan hasil dan pembahasan hipotesis, latihan shooting after dribbling dan shooting after passing memberikan peningkatan yang signifikan terhadap hasil shooting pada pemain usia 11-13 tahun di SSB Soccer Pratama 2021. Kesimpulan itu dapat dilihat dari perbedaan rata-rata kemampuan siswa sebelum dilakukan latihan dan setelah dilakukan latihan.

Nilai daripada pretest pemain didalam penelitian ini adalah 5.4 sedangkan nilai dari posttest pemain adalah 13.8 dengan perhitungan $t_{hitung}=10.1$ dan $t_{tabel}=2.13$



sehingga dapat dikatakan nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$.

Berdasarkan kriteria penilaian dari uji hipotesis yang dilakukan maka latihan ini sangat mempengaruhi kemampuan shooting pemain usia 11-13 tahun di SSB Soccer Pratama terhadap kemampuan shootingnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Amir Supriadi. (2015). *HUBUNGAN KOORDINASI MATA-KAKI TERHADAP KETERAMPILAN MENGGIIRNG BOLA PADA PERMAINAN SEPAKBOLA*. 3(1), 2015.
<http://weekly.cnbnews.com/news/article.html?no=124000>
- Anam, K. (2013). Pengembangan Latihan Ketepatan Tendangan Dalam Sepakbola Untuk Anak Kelompok Umur 13-14 Tahun. *Media Ilmu Keolahraagaan Indonesia*, 3(2).
<https://doi.org/10.15294/miki.v3i2.4377>
- Atiq, A., & Selamat Budiyanto, K. (2020). Analisis Latihan Keterampilan Teknik Dasar Sepak Bola Untuk Atlet Pemula. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 4(1), 15–22.
<https://doi.org/10.31539/jpjo.v4i1.1482>
- Irawan, I., Heru, L., & Kibadra. (n.d.). *analissi teknik dasar pemain sepak bola tabulasi PSTS Padang*.
- Karo, A. A. P. K., Sari, I. E. P., Sihombing, H., & Sari, L. P. (2020). Effect of playing methods on the Dribble Ability of the Football Game. *Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 4(2), 158-163.
- Kolman, N. S., Kramer, T., Elferink-Gemser, M. T., Huijgen, B. C. H., & Visscher, C. (2019). Technical and tactical skills related to performance levels in tennis: A systematic review. *Journal of Sports Sciences*, 37(1), 108–121.
<https://doi.org/10.1080/02640414.2018.1483699>
- Pujianto, D., Sutisyana, A., & Arwin, A. (2020). Pengembangan Model Latihan Sasaran Berbasis Permainan Untuk Meningkatkan Kemampuan Passing Sepakbola. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 19(1), 67–73.
<https://doi.org/10.20527/multilateral.v19i1.8333>
- Utama, M. W., Insanisty, B., & Syafrial, S. (2017). Analisis Kemampuan Teknik Dasar Bermain Sepakbola Pada Pemain Usia 16 Tahun. *Kinestetik*, 1(2), 96–100.
<https://doi.org/10.33369/jk.v1i2.3471>