

ABSTRAK

PENGARUH *SHOOT TRAINING* TERHADAP AKURASI *SHOOTING* PUNGGUNG KAKI PADA PERMAINAN FUTSAL

(Studi Eksperimental Siswa Ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Sungai Ambawang
Kabupaten Kuburaya)

Vilipus Pinis

Program Studi Pendidikan Jasmani
Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan IKIP PGRI Pontianak
Jalan Ampera No.88 Pontianak 78116
E-mail: vilipuspinis@gmail.com

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *shoot training* terhadap akurasi *Shooting* punggung kaki Pada Permainan Futsal (Studi Eksperimental Siswa Ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Sungai Ambawang Kabupaten Kuburaya). Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah metode eksperimen. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah tes, dan pengukuran. Alat pengumpulan data yang digunakan adalah menggunakan tes *Shooting* ke sasaran pada lapangan permainan futsal yang sudah ditandai dan diberi angka. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa ekstrakurikuler futsal, sampel 20 siswa, pemilihan sampel penelitian ini adalah siswa ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Sungai Ambawang Kabupaten Kuburaya. Berdasarkan hasil uji-t diperoleh nilai $t_{hitung} 12.150 > t_{tabel} 2.093$ dan nilai sig (*2-Tailed*) $,000 < 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Besarnya peningkatan akurasi tendangan dapat dilihat dari perbedaan nilai rata-rata yaitu sebesar 4,90. Dengan demikian dapat disimpulkan terdapat pengaruh *shoot Training* Terhadap Akurasi *Shooting* Punggung Kaki Pada Permainan Futsal (Studi Eksperimental Siswa Ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Sungai Ambawang Kabupaten Kuburaya).

Kata Kunci: *Shoot Training, Akurasi Shooting, Futsal*

RINGKASAN SKRIPSI

Skripsi ini **berjudul**: “Pengaruh *Shoot Training* Terhadap Akurasi *Shooting* Punggung Kaki Pada Permainan Futsal (Studi Eksperimental Siswa Ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Sungai Ambawang Kabupaten Kuburaya)”, **Masalah** (1) Bagaimanakah sebelum diberi perlakuan *shoot Training* Terhadap Akurasi *Shooting* Punggung Kaki Pada Permainan Futsal (Studi Eksperimental Siswa Ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Sungai Ambawang Kabupaten Kuburaya)? (2) Bagaimanakah kemampuan Ketepatan *Shooting* Sesudah diberi Perlakuan *Shoot Training* Terhadap Akurasi *Shooting* Punggung Kaki Pada Permainan Futsal (Studi Eksperimental Siswa Ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Sungai Ambawang Kabupaten Kuburaya)? (3) Apakah terdapat Pengaruh *Shoot Training* Terhadap Akurasi *Shooting* Punggung Kaki Pada Permainan Futsal (Studi Eksperimental Siswa Ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Sungai Ambawang Kabupaten Kuburaya)? **Tujuan** (1) Bagaimana kemampuan ketepatan *Shooting* sebelum diberi perlakuan *Shoot Training* terhadap Akurasi *Shooting* Punggung kaki Pada Permainan Futsal (Studi Eksperimental Siswa Ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Sungai Ambawang Kabupaten Kuburaya). (2) Bagaimana pengaruh ketepatan *Shooting* sesudah diberi perlakuan *Shoot Training* terhadap Akurasi *Shooting* Punggung kaki Pada Permainan Futsal (Studi Eksperimental Siswa Ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Sungai Ambawang Kabupaten Kuburaya). (3) Pengaruh *Shoot Training* Terhadap Akurasi *Shooting* Punggung Kaki Pada Permainan Futsal (Studi Eksperimental Siswa Ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Sungai Ambawang Kabupaten Kuburaya). **Variabel** dalam penelitian ini adalah variabel bebas (*Shoot training*) dan variabel terikat (Akurasi *Shooting* punggung kaki pada permainan futsal). **Metode** penelitian ini adalah metode deskriptif kuantitatif, bentuk penelitian eksperimen dan rancangan penelitian menggunakan *One Group Pretest-Posttest Design*. **Populasi** dalam penelitian ini adalah Siswa Ekstrakurikuler Futsal SMA Negeri 1 Sungai Ambawang Kabupaten Kuburaya, jumlah populasi yang diambil dalam penelitian ini sebanyak 20 orang yang terdiri dari 10 orang siswa laki-laki kelas XI dan 10 orang siswa laki-laki kelas XII.

Sampel yang digunakan adalah *sampling jenuh* jumlah sampel sebanyak 20 siswa. **Hasil penelitian** (1) Data dari *pretest* dapat diketahui dengan sampel 20 memiliki nilai rata-rata 22.80. sedangkan hasil *posttest* dapat diketahui dengan sampel 20 memiliki nilai rata-rata 27.70. (2) Hasil rekapulasi perhitungan diatas maka dapat dilihat dari nilai *t* tabel sebesar 2.093, dengan demikian, nilai *t* hitung $12.150 > t$ tabel 2.093, maka sebagaimana dasar pengambilan keputusan diatas dapat disimpulkan H_0 ditolak dan H_a diterima yang memiliki arti terdapat pengaruh *Shoot Training* Terhadap Akurasi *Shooting* Punggung Kaki Pada Permainan Futsal (Studi Eksperimental Siswa Ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Sungai Ambawang Kabupaten Kuburaya). Berdasarkan analisis data hasil penelitian diperoleh peningkatan yang signifikan terhadap kelompok yang diteliti. Pemberian perlakuan latihan permainan target selama 12 kali pertemuan memberikan pengaruh terhadap peningkatan akurasi *Shooting* punggung kaki pada permainan futsal (Studi Eksperimental Siswa Ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Sungai Ambawang Kabupaten Kuburaya).

Kesimpulan berdasarkan hasil penelitian dan hasil data ditarik kesimpulan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan *shoot training* terhadap akurasi *Shooting* punggung kaki pada permainan futsal (Studi Eksperimental Siswa Ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Sungai Ambawang Kabupaten Kuburaya) hasil tersebut dinyatakan dalam nilai $t_{hitung} 12.150 > t_{tabel} 2.093$, dan nilai signifikansi $0.000 < 0,05$. **Saran** Berdasarkan hasil penelitian ini, maka saran-saran yang dapat peneliti kemukakan adalah: (1) Bagi pelatih, dalam memilih calon pemain/atlet yang akan dibina hendaknya selalu memperhatikan karakteristik fisik dari cabang olahraga tersebut. Lebih lanjut, hendaknya memperhatikan faktor bakat yang memungkinkan untuk dikembangkan melalui latihan-latihan. (2) Bagi siswa atau atlet, hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi siswa atau atlet tersebut di masa yang akan datang, dan sebagai salah satu referensi bagi siswa atau atlet untuk mengembangkan kemampuan yang telat dicapai. (3) Bagi peneliti atau mahasiswa olahraga dan Kesehatan IKIP-PGRI Pontianak, hendaknya dengan adanya penelitian ini dapat mengadakan penelitian lebih lanjut terhadap variabel-variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.