

**PENGARUH LATIHAN MENGGUNAKAN TARGET
TERHADAP AKURASI *SHOOTING* DALAM PERMAINAN
SEPAK BOLA PADA SISWA KELAS VIII
MTsS ULUMUDDIN**

Skripsi

diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan

Oleh :

Fauzan Azima

20040135



UBBG

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS BINA BANGSA GETSAMPENA
BANDA ACEH
2024**

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

Nama : Fauzan Azima
NIM : 20040135
Program Studi : Pendidikan Jasmani
Judul Skripsi : Pengaruh latihan menggunakan Target
Terhadap Akurasi *Shooting* Dalam
Permainan Sepakbola Pada Siswa Kelas
VIII MTsS Ulumuddin

Skripsi ini telah di setujui oleh pembimbing untuk diajukan pada ujian skripsi program sarjana.

Banda Aceh, 01 september 2024

Pembimbing I

Pembimbing II



Regina Rahmi, M. Pd.
NIDN.0103038204



Septi Hariansyah, M. Pd.
NIDN.1315098802

Mengetahui,
Katua Prodi Pendidikan Jasmani







Irwandi, S. Pd., M. Pd. AIFO.
NIDN. 0126068005


LEMBAR PENGESAHAN TIM PENGUJI
PENGARUH LATIHAN MENGGUNAKAN TARGET TERHADAP
AKURASI SHOOTING DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA
PADA SISWA KELAS VIII MTsS ULUMUDDIN

Skripsi ini telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi Program Studi Pendidikan
Jasmani Universitas Bina Bangsa Getsempena dan telah disempurnakan berdasarkan
saran dan masukan

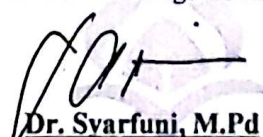
Banda Aceh, 24 Februari 2025

Pembimbing I	: <u>Regina Rahmi, M.Pd</u> NIDN. 0103038204	()
Pembimbing II	: <u>Septi Hariansyah, M.Pd</u> NIDN. 1315098802	()
Penguji I	: <u>Uly Muzakir, MT</u> NIDN. 0127027902	()
Penguji II	: <u>Irwandi, S.Pd. M.Pd, AIFO</u> NIDN. 0126068005	()

Menyetujui
Ketua Prodi Pendidikan Jasmani


Irwandi, S.Pd. M.Pd, AIFO
NIDN. 0126068005

Mengetahui,
Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Bina Bangsa Getsempena


Dr. Svarfuni, M.Pd
NIDN. 1028068203

LEMBAR PENGESAHAN KELULUSAN
PENGARUH LATIHAN MENGGUNAKAN TARGET TERHADAP
AKURASI *SHOOTING* DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA
PADA SISWA KELAS VIII MTsS ULUMUDDIN

Skripsi ini telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi Program Studi Pendidikan
Jasmani Universitas Bina Bangsa Getsempena dan telah disempurnakan berdasarkan
saran dan masukan
Banda Aceh, 24 Februari 2025

Pembimbing I



Regina Rahmi, M.Pd
NIDN. 0103038204

Pembimbing II



Septi Hariansyah, M.Pd
NIDN. 1315098802

Menyetujui,
Ketua Prodi Pendidikan Jasmani



Irwandi, S.Pd, M.Pd.AIFO
NIDN. 0126068005

Mengetahui,
Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Bina Bangsa Getsempena



Dr. Syarfuni, M.Pd
NIDN. 0128068203

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Fauzan Azima
NIM : 20040135
Perguruan Tinggi : Universitas Bina Bangsa Getsempena Banda Aceh
Jurusan/Prodi : Pendidikan Jasmani
Fakultas : Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Alamat : Jl. Tanggul Krueng Lamnyong No.34, Rukoh, Kec. Syiah
Kuala, Kota Banda Aceh, Aceh
Judul Skripsi : Pengaruh Latihan Menggunakan Target Terhadap Akurasi
Shooting Dalam Permainan Sepakbola Pada Siswa Kelas
VIII MTsS Ulumuddin

Menyatakan bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar hasil karya sendiri bukan plagiasi dari karya tulis orang lain, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumber-sumbernya.

BandaAceh,04 November 2024
Yang membuat pernyataan



Fauzan Azima
NIM. 20040135

KATA PENGANTAR

Syukur alhamdulillah penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya kepada penulis sehingga telah dapat menyelesaikan sebuah karya ilmiah berupa skripsi. Selawat beriring salam penulis sanjungkan kepangkuan Nabi Muhammad SAW yang telah membawa manusia dari alam jahiliyah ke alam berilmu pengetahuan yang kita rasakan sekarang ini. Adapun judul skripsi ini adalah “ **pengaruh Latihan Menggunakan Target Terhadap Akurasi Shooting Dalam Permainan Sepak Bola Pada Siswa Kelas VII MTSs Ulumuddin**”.

Penulis telah banyak menerima bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, sehingga secara langsung maupun tidak langsung telah membantu dalam menyelesaikan skripsi ini. Maka pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih dan penghargaan yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ayah dan ibunda selaku orang tua tercinta serta keluarga besar yang senantiasa memberi dorongan baik materi maupun moral serta selalu mendoakan untuk kesuksesan penulis.
2. Dr. Lili Kasmini, S.Si., M.Si. Selaku Rektor Universitas Bina Bangsa Getsampena. Yang telah memberikan kesempatan serta arahan selama Pendidikan, penelitian, dan penulis skripsi.
3. Ketua prodi Pendidikan jasmani bapak Irwandi S.Pd., M.Pd. AIFO
4. Pihak pimpinan kampus Universitas Bina Bangsa Getsampena yang telah memberikan izin dan kelulusan kepada peneliti.
5. Pembimbing I, ibu Regina Rahmi M.Pd
6. Pembimbing II, bapak Septi Hariansyah M.Pd
7. Kepada kawan seangkatan saya Angkatan 2020 yang senantiasa membimbing dan mengarahkan untuk terus berpacu dalam memperjuangkan bidang ilmu Pendidikan.
8. Akhirnya dengan keikhlasan tersebut penulis doakan mudah mudahan Allah SWT akan membalasnya dengan setimpal. Amin

ABSTRACT

Fauzan Azima. 2024. The Effect of Practicing Using Targets on Shooting Accuracy in Football Games in Grade VII Students of MTsS Ulumuddin. Thesis. Physical Education Study Program. Bina Bangsa Getsempena University. Supervisor I Mrs. Regina Rahmi. M.Pd., Supervisor II Mr. Septi Hariansyah. M.Pd.

The formulation of the problem in this study is: How does the effect of practicing using targets affect shooting accuracy in the football game of grade VIII students at MTsS Ulumuddin. This study aims to determine the effect of target training on shooting accuracy in football games in grade VIII MTsS Ulumuddin. The research method used in this study is quantitative in the form of a T-test. The population in this study is all students of Class VII MTsS Ulumuddin. The sampling technique is purposive sampling, so the sample in this study is 25 students of Class VII MTsS Ulumuddin. The results of the analysis were obtained based on the T Tabel test value data of 3.485 with a significant value of $0.667 > 0.05$ thus it can be explained that there is an effect of practice using the target of shooting accuracy to the goal in the football game. This influence is due to the provision of training as many as 16 meetings, so that the average street ball shooting ability has improved.

Keywords: Target Training, Shooting Accuracy, Football

ABSTRAK

Fauzan Azima. 2024. Pengaruh Latihan Menggunakan Target Terhadap Akurasi *Shooting* Dalam Permainan Sepakbola Pada Siswa Kelas VII MTsS Ulumuddin. Skripsi. Program Studi Pendidikan Jasmani . universitas Bina Bangsa Getsempena. Pembimbing I Ibu Regina Rahmi. M.Pd., Pembimbing II Bapak Septi Hariansyah. M.Pd.

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: Bagaimana pengaruh latihan menggunakan target terhadap akurasi *shooting* pada permainan sepakbola siswa kelas VIII di MTsS Ulumuddin. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh Latihan menggunakan target terhadap akurasi *Shooting* dalam permainan sepakbola pada siswa kelas VIII MTsS Ulumuddin. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dalam bentuk Uji T. Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswa Kelas VII MTsS Ulumuddin. Adapun teknik pengambilan sampel yaitu *purposive sampling*, maka yang menjadi sampel pada penelitian ini adalah siswa Kelas VII MTsS Ulumuddin yang berjumlah 25 siswa. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah tes. Hasil penelitian di ketahui bahwa terdapat pengaruh dalam melakukan latihan target terhadap akurasi *shooting* pada siswa kelas VIII MTsS Ulumuddin. Hasil analisis di peroleh berdasarkan Data nilai Uji T Tabel 3.485 dengan nilai signifikan $0.667 > 0,05$ dengan demikian dapat dijelaskan bahwa ada pengaruh latihan menggunakan target akurasi shooting ke gawang pada permainan sepak bola. Pengaruh tersebut dikarenakan adanya pemberian latihan sebanyak 16 kali pertemuan, sehingga kemampuan shooting bola jalan secara rata-rata mengalami peningkatan.

Kata kunci : Latihan Target, Akurasi Shooting, Sepakbola

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMBUNG	i
ABSTRAK INDONESIA	ii
ABSTRAK INGGRIS	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
LEMBAR PERNYATAAN	v
SURAT PERSETUJUAN	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.5 Hipotesis Penelitian.....	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	7
2.1 Hakikat Permainan Sepak Bola	7
2.2 Teknik Dasar Sepakbola.....	10
2.2.1 Teknik Menguasai Bola.....	11
2.2.2 Teknik Menggiring (Dribbling).....	14
2.2.3 Teknik Mengoper (passing).....	17
2.2.4 Teknik Heading	20
2.2.5 Teknik Shooting	22
2.2.6 Tes Normal Shooting	24
2.3 Hakikat Latihan	30
2.4 Latihan Target	32
2.5 Penelitian Yang Relevan.....	33

2.6 kerangka berfikir	34
BAB III METODE PENELITIAN	37
3.1 Pendekatan Penelitian	37
3.2 Populasi Dan Sampel	38
3.3 Lokas Dan Waktu	38
3.4 Variable Penelitian	38
3.5 Teknik Pengumpulan Data	39
3.6 Intrument Penelitian	40
3.7 Teknik Analisis Data	42
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	44
4.1 Hasil Penelitian	44
4.1.1 Deskripsi Data	46
4.1.2 Analisis Data Pre-Test Dan Post Test	46
4.2 Pembahasan.....	48
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	50
5.1 Kesimpulan	50
5.2 Saran.	51

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1	Teknik Menguasi Bola 13
Gambar 2.2	Teknik menggiring Bola..... 16
Gambar 2.2.4	Teknik heading 20
Gambar 2.3	Teknik Shooting 23
Gambar 2.4	Kerangka Berfikir..... 34

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 4.1 Data Penelitian Ketepatan Shooting Ke Gawang.....	42
Tabel 4.2 Uji Normalitas Data Pre-Test Dan Post-Test	44
Tabel 4.3 Uji Homogenitas Data Pre-Test Dan Post-Test	45

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Rekapitulasi Nilai Pretest Dan Posttest Akurasi Shooting	57
Lampiran 2 SK Penunjukan Pembimbing I dan II	58
Lampiran 3 Surat Izin Penelitian dari Dekan FKIP	59
Lampiran 4 Surat Keterangan dari Kepala Sekolah MtS Ulumuddin.....	60
Lampiran 5 Dokumentasi Penelitian.....	61
Lampiran 6 Program Latihan	63