

ABSTRAK

PENGARUH LATIHAN MODEL SHADOW UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN SHOOTING DALAM PERMAINAN SEPAK BOLA PADA SSB CATUR TUNGGAL BANDAR LAMPUNG TAHUN 2018

Oleh

SATRIA ARMANJAYA

Masalah dalam penelitian ini adalah kemampuan *shooting* bola dalam permainan sepakbola di SSB Catur Tunggal kurang maksimal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan pengaruh dengan memberikan suatu perlakuan yaitu latihan model *shadow shooting dribble* dan latihan *dribble shooting*. Jenis penelitian yang digunakan adalah eksperimen semu dengan sampel sebanyak 20 orang. Teknik pengumpulan data menggunakan instrumen keterampilan *shooting* bola. Analisis data menggunakan teknik analisis data uji t. Hasil penelitian menunjukkan bahwa latihan model *shadow shooting dribble* memberikan pengaruh yang signifikan dengan nilai t-hitung $4,2 > t\text{-tabel } 2,101$ dan latihan model *shadow dribble shooting* dengan nilai t-hitung $4,7 > t\text{-tabel } 2,101$. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa latihan model *shadow dribble shooting* memberikan pengaruh yang lebih baik untuk meningkatkan kemampuan *shooting* bola dibandingkan latihan model *shadow shooting dribble* dalam permainan sepak bola di SSB Catur Tunggal Bandar Lampung.

Kata kunci : model *shadow*, *shooting*, sepak bola.