

ABSTRAK

DEWI PURWANTI. 2023. **Pengaruh Variasi Latihan terhadap Keterampilan Shooting Dalam Permainan Sepak Bola.** Jurusan Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Siliwangi, Tasikmalya.

Tujuan dari penelitian adalah untuk memperoleh informasi tentang pengaruh variasi latihan terhadap keterampilan *shooting* dalam permainan sepak bola pada siswa Sekolah Sepak Bola Putra Asgar KU 13. Metode penelitian yang digunakan adalah metode eksperimen dan instrumen dalam penelitian adalah tes *shooting* dalam sepak bola. Populasi dan sampel dalam penelitian ini adalah siswa Sekolah Sepak Bola Putra Asgar KU 13 sebanyak 24 dengan menggunakan teknik *total sampling*. Teknik analisis data yang digunakan adalah dengan menggunakan uji normalitas, homogenitas, dan uji-t, pada taraf signifikan 5%. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh variasi latihan terhadap keterampilan *shooting*, yaitu diperoleh t-hitung sebesar $9,25 > t\text{-tabel}$ sebesar 1,71 dengan taraf signifikan 0,05 maka H_0 ditolak dan H_a diterima artinya ada pengaruh yang signifikan pengaruh variasi latihan terhadap keterampilan *shooting* dalam permainan sepak bola pada siswa Sekolah Sepak Bola Putra Asgar KU 13.

Kata Kunci : variasi, latihan, shooting, sepak bola