

ABSTRAK

DINEU FEBRIANI 2023. **Pengaruh Variasi Latihan Permainan Target Terhadap Ketepatan *Shooting* Permainan Futsal** (Eksperimen pada UKM Futsal Putri Universitas Siliwangi) Jurusan Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan, Universitas Siliwangi, Tasikmalaya.

Futsal adalah salah satu olahraga yang saat ini sedang berkembang dan digemari oleh masyarakat baik muda ataupun tua baik laki-laki maupun perempuan, tempat yang mudah dijangkau dan waktu bermain yang tidak terbatas membuat futsal menjadi permainan yang menarik. Untuk memenangkan suatu pertandingan sebuah tim dituntut menciptakan gol sebanyak mungkin selama berlangsungnya pertandingan maka dari itu diperlukan kemampuan ketepatan *shooting* yang baik dari setiap pemain. Tujuan dilakukan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh variasi latihan permainan target terhadap ketepatan *shooting* permainan futsal pada UKM Futsal Putri Universitas Siliwangi. Penelitian ini dilakukan dengan metode kuantitatif menggunakan desain eksperimen *One-Group Pretest-Posttest Design*. Metode penelitian yang digunakan adalah metode eksperimen. Berdasarkan hasil penelitian, menunjukkan terjadinya peningkatan nilai tes akhir ketepatan *shooting* dari nilai tes awal. Hasil analisis statistik menunjukkan nilai t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} (t_{hitung} 12,68 > t_{tabel} 1,73) yang berarti terdapat pengaruh variasi latihan permainan target terhadap ketepatan *shooting* permainan futsal pada UKM Futsal Putri Universitas Siliwangi.

Kata Kunci: Futsal, Ketepatan, Latihan, *Shooting*, Variasi

ABSTRACT

DINEU FEBRIANI, 2024. *The Effect of Exercise Variations Games Targets on Shooting Accuracy in Futsal Games (Experimental UKM Futsal Siliwangi University)*. Department of Physical Education, Faculty of Teacher Training and Education, Siliwangi University, Tasikmalaya.

Futsal is a sport that is currently being developed and is loved by people, both young and old, both men and women, easy-to-reach places and unlimited playing time make futsal an interesting game. To win a match, a team is required to score as many goals as possible during the match, therefore it requires good shooting accuracy from each player. The purpose of this study was to determine the effect of variations in training using targets on the accuracy of shooting in futsal games for futsal UKM Futsal Putri Siliwangi University. This research was conducted using a quantitative method using the One-Group Pretest-Posttest Design experiment. The research method used is the experimental method. Based on the results of research, it shows that there is an increase in the final test score for shooting accuracy from the initial test value. The results of the statistical analysis showed that the value of t_{count} was greater than t_{table} ($t_{count} 12.68 > t_{table} 1.73$) which meant that there was an effect of variations in training using targets from shooting accuracy in futsal games for futsal UKM Futsal Putri Siliwangi University.

Keyword: Futsal, Accuracy, Exercise, Shooting, Variation