

ABSTRAK

M SAID JALALUDDIN. 2021. **Pengaruh Variasi Latihan Lemparan Target Terhadap Peningkatan Akurasi Lemparan Penjaga Gawang Sekolah Sepak Bola Deni Kuswandi Private.** Jurusan Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Siliwangi, Tasikmalaya.

Olahraga merupakan suatu aktivitas gerak tubuh, bagian atas dan bagian bawah. Dikatakan aktivitas karena olahraga memiliki tujuan untuk memperbaiki tubuh seseorang, sehingga menjadikan tubuh lebih sehat dan bugar, ada banyak cabang dalam olahraga yang ada di Indonesia, salah satunya sepakbola. Sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga permainan bola besar yang dimainkan 2 regu yang terdiri dari masing-masing regu sebelas pemain/orang. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh variasi latihan lemparan target terhadap peningkatan akurasi lemparan penjaga gawang Sekolah Sepakbola Deni Kuswandi Private. Penelitian ini adalah penelitian eksperimen dapat diartikan sebagai metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain kondisi yang terkendalikan. Populasi dalam penelitian ini adalah Siswa Sekolah Sepak bola Deni Kuswandi Private yang berjumlah 10 orang penjaga gawang. Sampel dalam penelitian ini yaitu seluruh penjaga gawang Siswa Sekolah Sepak bola Deni Kuswandi Private yang berjumlah 10 penjaga gawang. Dalam pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik jenuh sampling. Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah analisis statistik berdasarkan hasil pengolahan data dengan uji statistik, Terdapat Pengaruh Variasi latihan lemparan target terhadap peningkatan akurasi lemparan penjaga gawang sekolah sepak bola Deni Kuswandi Private ternyata hasilnya diterima dan terbukti. Kebenaran hasil pengujian hipotesis tersebut didukung pada data hasil penelitian dengan menggunakan uji t yang menggunakan nilai t_{hitung} sebesar 4,57 yang berada diluar daerah penerimaan hipotesis (t_{tabel} sebesar 1,83).

Kata Kunci: Akurasi, Lemparan Penjaga Gawang dan Sepak Bola

ABSTRACT

M SAID JALALUDDIN. 2021. *The Effect Of Target Throwing Training Variations On Improving The Accuracy Of The Bottom Keeper's THE Goalkeeper, Deni Kuswandi Private School. Physical Education, Faculty of Teacher and Education, Siliwangi University, Tasikmalaya*

Sport is an activity of body movement, upper and lower. It is said to be an activity because sport has a goal to improve one's body, thus making the body healthier and fitter, there are many branches in sports in Indonesia, one of which is football. -Each team of eleven players/person. The purpose of this study was to determine the effect of variations in target throwing exercises on increasing the accuracy of the goalkeeper's throw at the Deni Kuswandi Private Football School. This research is Deni Kuswandi Private Football School Students, totaling 10 goalkeepers. The sample in this study were all 10 goalkeepers at Deni Kuswandi Private Football School. The sampling technique used in this study was saturated sampling. The data analysis technique used in this study was statistical analysis based on the results of data processing with statistical tests. , There is an effect of variations in target throwing exercises on increasing the accuracy of the goalkeeper's throw at the Deni Kuswandi Private soccer school, the results are accepted and proven. The truth of the results of testing the hypothesis is supported by the research data using the t-test which uses a t-value_{count} of 4.57 which is outside the area of acceptance of the hypothesis (t_{table} of 1.83).

Keywords: Accuracy, Goalkeeper Throws and Football