

ABSTRAK

TOMI YUDISTIAR 2025. **Pengaruh Latihan Menggunakan Alat Bantu Target Ban Terhadap Ketepatan *Shooting* Pada SSB Bupal Karangnunggal.** Jurusan Pendidikan Jasmani. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Universitas Siliwangi, Tasikmalaya.

Sepakbola merupakan suatu cabang olahraga beregu yang sangat populer di masyarakat Indonesia bahkan di dunia Teknik dasar sepakbola ada enam macam, yaitu: 1) mengoper bola (*passing*), 2) menggiring (*dribbling*), 3) menendang bola (*shooting*), 4) menghentikan bola (*controlling*), 5) menyundul bola (*heading*), 6) lemparan kedalam (*throw-in*). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan menggunakan alat bantu target ban terhadap ketepatan *shooting* pada pemain SSB Bupal Karangnunggal. Metode penelitian yang digunakan adalah eksperimen dengan desain *pretest* dan *post-test*. Sampel penelitian ini menggunakan Total Sampling yang terdiri dari 20 pemain yang mengikuti latihan selama satu bulan, dengan jadwal tiga kali seminggu sebanyak 16 kali pertemuan. Data pengukuran ketepatan *shooting* diambil melalui tes awal dan akhir, dan dianalisis secara statistik untuk mengetahui adanya peningkatan yang signifikan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan alat bantu target ban secara signifikan meningkatkan ketepatan *shooting* pemain, dengan peningkatan skor rata-rata dari 60 menjadi 75, atau sebesar 15%. Temuan ini mendukung penggunaan alat bantu tersebut sebagai metode efektif dalam meningkatkan keterampilan *shooting* dalam latihan sepakbola.

Kata Kunci: Alat Bantu Target Ban, Sepakbola, *Shooting*

ABSTRACT

TOMI YUDISTIAR 2025. *The Effect of Training Using Tire Target Aids on Shooting Accuracy at SSB Bupal Karangnunggal*. Department of Physical Education. Faculty of Teacher Training and Education. Siliwangi University, Tasikmalaya.

Football is a team sport that is very popular in Indonesian society and even in the world. The basic techniques of football are six types, namely: 1) passing, 2) dribbling, 3) shooting, 4) stopping the ball (controlling), 5) heading the ball (heading), 6) throw-in. This study aims to determine the effect of training using tire target aids on shooting accuracy in SSB Bupal Karangnunggal players. The research method used was an experiment with pretest and post-test design. The study subjects consisted of 20 players who participated in training for one month, with a schedule of three times a week for 16 meetings. Shooting accuracy measurement data was taken through initial and final tests, and statistically analyzed for significant improvements. The results showed that the use of tire targeting aids significantly improved the accuracy of the player's shooting, with an increase in the average score from 60 to 75, or by 25%. These findings support the use of these aids as an effective method in improving shooting skills in football training.

Keywords: *Tire Target Aids, Football, Shooting*