

ABSTRAK

Stevan Yoland. 2019. “Pengaruh Latihan Model *Shadow* Untuk Meningkatkan Keterampilan *Shooting* Dalam Permainan Sepak Bola Sekolah Sepak Bola Tabing Kota Padang”

Penelitian ini dilatar belakangi oleh rendahnya akurasi *Shooting* dan variasi latihan klub sekolah sepakbola Tabing Kota Padang, Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh latihan model *shadow* untuk meningkatkan keterampilan *shooting* dalam permainan sepak bola sekolah sepak bola Tabing Kota Padang.

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen semu, Bertempat di lapangan PSTS Tabing Kota Padang, dilakukan pada bulan Agustus – September 2019 desain penelitian yang digunakan *one group pre test-post test design* dimana dalam penelitian ini tidak ada kelompok pembanding. Populasi pada penelitian ini adalah pemain PSTS Tabing Kota Padang yang berjumlah 69 orang laki-laki. Dengan kelompok usia Junior-U13 sebanyak 22 orang, U14-U16 sebanyak 24 orang, dan U17-18 sebanyak 23 orang, dan akan menjadi sampel yang diteliti oleh peneliti adalah usia Junior-U13 sebanyak 22 orang. Pengambilan sampel menggunakan teknik Purposive Sampling. Penelitian ini dilakukan selama 6 minggu (16 kali pertemuan), dalam 1 minggu latihan dilaksanakan sebanyak 3 kali pertemuan. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji-*t*, yaitu dengan membandingkan hasil *pretest* dengan *posttest* pada kelompok eksperimen.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh latihan model *Shadow* terhadap kemampuan keterampilan *shooting*. Hasil pengolahan data dalam penelitian ini diperoleh $t_{hitung}(24,98) > t_{tabel}(1,721)$.

Kata kunci: latihan model *Shadow*, keterampilan *Shooting*, sepakbola