

ABSTRAK

DONI SAPUTRA (2018): Pengaruh Latihan *Double leg speed hop* Terhadap Kemampuan *Akurasi Shooting* kegawang SSB Putra Painan Kabupaten Pesisir Selatan

Masalah dalam penelitian ini adalah masih rendahnya akurasi *shooting* kegawang pemain SSB Putra Painan Kabupaten Pesisir Selatan. Dengan variabel latihan *Double leg speed hop* dan kemampuan *Akurasi Shooting* kegawang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Latihan *Double leg speed hop* Terhadap kemampuan *Akurasi Shooting* kegawang SSB Putra Painan Kabupaten Pesisir Selatan.

Jenis penelitian ini adalah eksperimen semu untuk melihat Pengaruh Latihan *Double leg speed hop* Terhadap Kemampuan *Akurasi Shooting* kegawang. Populasi dalam penelitian ini adalah pemain SSB Putra Painan Kabupaten Pesisir Selatan yang berjumlah 63 orang, dan sampel diambil secara *purposie sampling* yang berjumlah 15 orang. Instrumen penelitian yang digunakan adalah tes kemampuan *Akurasi Shooting*. Teknik analisis data menggunakan uji-t.

Hasil penelitian menyimpulkan bahwa: diperoleh $t_{hit}(4,94) > t_{tabel} (1,76)$ pada taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ pada jumlah sampel berjumlah 15. Jadi, dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian latihan *Double leg speed hop* berpengaruh terhadap kemampuan *akurasi shooting* kegawang pemain SSB Putra Painan Kabupaten Pesisir Selatan.