

**PENGARUH LATIHAN VARIASI SHOOTING TERHADAP
KEMAMPUAN SHOOTING PEMAIN SSB RAJAWALI PADANG**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Ilmu Keolahragaan sebagai
salah satu persyaratan guna memperoleh Gelar Sarjana Olahraga*



Oleh :

YOGA SEPTRIO ANDIKA

NIM. 17089044

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
JURUSAN KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG**

2021

HALAMAN PERSEMBAHAN



Alhamdulillah rabbi'l'alamiin, segala puji bagi Allah SWT, rasa syukur yang tak terhingga penulis ucapkan atas curahan karunia dan ridho-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Latihan Variasi *Shooting* Terhadap Kemampuan *Shooting* pada Pemain SSB Rajawali Padang”. Skripsi ini sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana Strata Satu (S1) pada Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Ucapan terima kasih terdalem untuk Ibunda dan Ayahanda tercinta, yang menjadi motivator utama dalam penyelesaian skripsi ini. Selanjutnya penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada Ibuk Dr. Wilda Welis, SP.M,Kes, selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan pemikiran, waktu dan berbagai masukan yang sangat berharga dalam penyelesaian skripsi ini. Juga untuk para dosen penguji yakni Bapak Hadi Pery Fajri, S.Si, M.Pd, dan Alimuddin, S.Or, M.Or. terimakasih telah memberikan masukan-masukan yang sangat berguna bagi skripsi ini, Seluruh keluarga besar dan sahabat-sahabat penulis yang penulis cintai, Kemudian Rekan-rekan seperjuangan di Fakultas Ilmu Keolahragaan, khususnya mahasiswa Kesehatan dan Rekreasi 2017 terimakasih atas semua kebersamaan, kebaikan dan semangat yang telah diberikan. Dan terimakasih abang-abang dan kakak-kakak senior yang selalu memberi saya motivasi, mengarahkan, membimbing, serta tidak bosan selalu mengingatkan penulis akan Skripsi ini. Semoga semua bimbingan, bantuan, petunjuk, arahan, motivasi dan kerjasama yang telah diberikan diberkahi oleh Allah SWT, amin.

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : PENGARUH LATIHAN VARIASI SHOOTING TERHADAP KEMAMPUAN
SHOOTING PEMAIN SSB RAJAWALI PADANG

Nama : Yoga Septrio Andika
Nim : 17089044
Prodi : Ilmu Keolahragaan
Jurusan : Kesehatan Dan Rekreasi
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, September 2021

Disetujui :

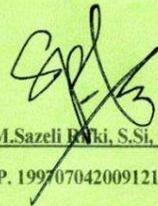
Pembimbing



Dr. Wilda Welis, SP, M.Kes

NIP. 19700512199903200

Ketua Jurusan



Dr. M. Sazeli Baki, S.Si, M.Pd

NIP. 199707042009121004

PENGESAHAN SKRIPSI

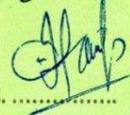
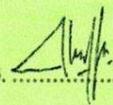
Dinyatakan telah Lulus Setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji
Skripsi Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Program Studi Ilmu Keolahragaan
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

**PENGARUH LATIHAN VARIASI SHOOTING TERHADAP KEMAMPUAN
SHOOTING PEMAIN SSB RAJAWALI PADANG**

Nama : Yoga Septrio Andika
NIM (BP) : 17089044 (2017)
Program Studi : Ilmu Keolahragaan
Jurusan : Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas : Ilmu Keolahragaan
Universitas : Universitas Negeri Padang

Padang, September 2021

Tim Penguji :

Nama	Tanda Tangan
1. Ketua : Dr. Wilda Welis, SP, M.Kes	 1.
2. Anggota : Hadi Pery Fajri, S.Si, M.Pd	 2.
3. Anggota : Alimuddin, S.Or, M.Or	 3.

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya, tugas akhir tanpa berupa skripsi dengan judul “Pengaruh Latihan Variasi *Shooting* Terhadap Kemampuan *Shooting* pada pemain SSB Rajawali Padang” adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik Universitas Negeri Padang maupun di perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing.
3. Di dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicatumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan dicantumkan dalam perpustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang telah berlaku.

Padang, September 2021

Yang Menyatakan



Yoga Septrio
NIM. 17089044/2017

ABSTRAK

Yoga Septrio Andika. 2021. “Pengaruh Latihan Variasi *Shooting* Terhadap Kemampuan *Shooting* pada pemain SSB Rajawali Padang”.

Masalah dalam penelitian ini adalah masih rendahnya kemampuan *shooting* yang dimiliki atlet SSB Rajawali Padang, dari sekian banyak *shooting* yang dilakukan para pemain berhasil melakukan 6x *shooting* on target dan menghasilkan 1 gol, dan 11x *shooting* yang dilakukan off target. Observasi kedua dari sekian banyak *shooting* yang dilakukan para pemain berhasil melakukan 9x *shooting* tepat sasaran menghasilkan 4 gol dan yang dilakukan tidak tepat sasaran sebanyak 15x *shooting*. Observasi ketiga dari sekian banyak *shooting* yang dilakukan para pemain berhasil melakukan 5x *shooting* tepat sasaran dan yang dilakukan tidak tepat sasaran sebanyak 12x *shooting*.

Jenis penelitian ini adalah eksperimen semu yang bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh latihan variasi *shooting* terhadap kemampuan *shooting* pada pemain SSB Rajawali Padang. Waktu penelitian dilaksanakan pada tanggal 13 Juli – 10 Agustus 2021. Populasi penelitian adalah seluruh pemain sepakbola SSB Rajawali Padang yang berjumlah 111 orang. Penarikan sampel dilakukan dengan teknik *purposive sampling*, teknik pengambilan sampel sesuai dengan karakteristik tertentu. Jadi jumlah sampel sebanyak 25 orang.

Instrumen yang digunakan untuk mengukur kemampuan *shooting* adalah Tes akurasi *shooting*. Data di analisis dengan menggunakan uji t (*t-test*). Hasil analisis menunjukkan bahwa ada pengaruh latihan variasi *shooting* terhadap kemampuan *shooting* pada pemain SSB Rajawali Padang dimana $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($5,76 > 2,06$), dengan skor rata-rata *pre-test* (8,92) dan *post-test* (11,6), standar deviasi *pre-test* (3,88) dan *post-test* (3,26).

Kata Kunci: Variasi *Shooting*, Kemampuan *Shooting*

ABSTRACT

Yoga Septrio Andika. 2021 "The Effect of Shooting Variation Training on Shooting Ability on SSB Rajawali Padang players".

The problem in this study is still the low shooting ability of SSB Rajawali Padang athletes, of the many shootings done by the players managed to do 6x shooting on target and resulted in 1 goal, and 11x shooting done off target. The second observation of the many shootings made by the players managed to do 9x shooting on target resulting in 4 goals and the wrong thing to do as much as 15x shooting. The third observation of the many shootings made by the players managed to do 5x shooting on target and what was done was not right as much as 12x shooting.

This type of research is a pseudo-experiment that aims to find out whether or not the influence of shooting variation training on shooting ability in SSB Rajawali Padang players. The research time was conducted on July 13 - August 10, 2021. The research population is all SSB Rajawali Padang football players numbering 111 people. Sample withdrawal is done by purposive sampling technique, sampling technique according to certain characteristics. The number of samples is 25.

The instrument used to measure shooting ability is a shooting accuracy test. Data is analyzed using the t test. The results of the analysis showed that there was an effect of shooting variation exercises on shooting ability in SSB Rajawali Padang players where t counted $> t$ tables ($5.76 > 2.06$), with average pre-test scores (8.92) and post-test (11.6), pre-test deviation standards (3.88) and post-test (3.26).

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirabbil'alamiin, segala puji bagi Allah SWT, rasa syukur yang tak terhingga penulis ucapkan atas curahan karunia dan ridho-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Latihan Variasi *Shooting* Terhadap Kemampuan *Shooting* pada pemain SSB Rajawali Padang”. Skripsi ini sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana Strata Satu (S1) pada Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Ucapan terima kasih terdalam untuk Ibunda dan Ayahanda tercinta, yang menjadi motivator utama dalam penyelesaian skripsi ini. Selanjutnya penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada Bapak Dr. Wilda Welis, SP, M.Kes selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan pemikiran, waktu dan berbagai masukan yang sangat berharga dalam penyelesaian skripsi ini. Juga untuk para dosen penguji yakni Bapak Hadi Pery Fajri, S.Si, M.Pd, dan Alimuddin, S.Or, M.Or. terimakasih telah memberikan masukan-masukan yang sangat berguna bagi skripsi ini.

Tidak lupa penulis ucapkan terima kasih untuk pihak pihak yang secara integratif memiliki andil dalam penyelesaian skripsi ini:

1. Bapak Prof. H. Ganefri, M.Pd, Ph.d selaku rektor Universitas Negeri Padang.
2. Bapak Prof. Dr. Alnedral, M.Pd, selaku dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Bapak Dr. M. Sazeli Rifki. S.Si, M.Pd selaku Ketua Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan.

4. Dr. Wilda Welis, SP, M.Kes. selaku dosen Pembimbing Akademik yang selalu menguatkan tekad saya dalam menulis Skripsi ini.
5. Dosen Penguji bapak Hadi Pery Fajri, S.Si, M.Pd, dan Alimuddin, S.Or, M.Or. yang selama ini telah banyak memberikan arahan dan masukannya kepada saya.
6. Bapak dan Ibu staf pengajar pada Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
7. Staf kepastakaan dan staf administrasi jurusan Kesehatan dan Rekreasi dan staf administrasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
8. Seluruh keluarga besar dan sahabat-sahabat penulis yang penulis cintai.
9. Rekan-rekan seperjuangan di Fakultas Ilmu Keolahragaan, khususnya mahasiswa Kesehatan dan Rekreasi 2017 terimakasih atas semua kebersamaan, kebaikan dan semangat yang telah diberikan.
10. Dan terimakasih abang-abang dan kakak-kakak senior yang selalu memberi saya motivasi, mengarahkan, membimbing, serta tidak bosan selalu mengingatkan penulis akan Skripsi ini. Semoga semua bimbingan, bantuan, petunjuk, arahan, motivasi dan kerjasama yang telah diberikan diberkahi oleh Allah SWT, amin.

Penulis menyadari bahwa penulisan ini masih jauh dari kesempurnaan baik darisegi materi maupun dalam teknik penulisan. Untuk itu saran dan kritikan sangat diharapkan untuk kesempurnaan di masa yang akan datang. Semoga penulisan skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, September 2021

Yoga Septrio
NIM. 17089044/2017

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSEMBAHAN	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR TABEL	xii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	8
C. Pembatasan Masalah	8
D. Perumusan Masalah	9
E. Tujuan Penelitian	9
F. Manfaat Penelitian	9
BAB II KAJIAN TEORI	
A. Landasan Teori	10
1. Hakekat Permainan Sepak Bola	10
2. Shooting Dalam Sepak bola	12
3. Cara Melakukan Tendangan	14
4. Hakekat Latihan	17
5. Latihan Menembak Bola ke Gawang	22
B. Kerangka Konseptual	27
C. Hipotesis Penelitian	28
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	29

B. Defenisi Operasional	30
C. Populasi dan Sampel.....	30
D. Tempat dan Waktu Penelitian	31
E. Instrumen Penelitian.....	32
F. Variabel Penelitian	34
G. Teknik Pengumpulan Data	34
H. Teknik Analisis Data	35
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data	37
B. Uji Persyaratan Analisis	40
C. Pengujian Hipotesis	40
D. Pembahasan	41
E. Keterbatasan Penelitian	45
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	46
B. Saran	46
DAFTAR PUSTAKA	47
LAMPIRAN	49

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Menendang dengan kaki bagian dalam	15
Gambar 2 Menendang dengan kaki bagian luar	16
Gambar 3 Menendang dengan kura-kura kaki bagian atas	17
Gambar 4 Menendang lima bola ke gawang	23
Gambar 5 Menendang lima bola ke gawang bola bergerak	24
Gambar 6 Dribbling lewati lawan lalu shooting	25
Gambar 7 Passing back pass shooting	26
Gambar 8 Dribbling zig zag shooting	27
Gambar 9. Desain Penelitian <i>Shooting</i> Bola	29
Gambar 10. Bentuk Pelaksanaan Tes Kemampuan <i>Shooting</i>	33
Gambar 11 <i>Pre Test</i> kemampuan <i>Shooting</i>	38
Gambar 12 <i>Post Test</i> kemampuan <i>Shooting</i>	39

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Distribusi Frekuensi <i>Pre-Test</i> kemampuan <i>Shooting</i> Rajawali	37
Tabel 2 Distribusi Frekuensi <i>Post-Test</i> kemampuan <i>Shooting</i> Rajawali	39
Tabel 3 Uji Normalitas pada pemain Rajawali	40
Tabel 4 Rangkuman Hasil Pengujian Hipotesis	41

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Indonesia merupakan salah satu negara berkembang yang sedang giat-giatnya melaksanakan pembangunan disegala bidang. Salah satu bidang yang tidak kalah penting adalah pembangunan di bidang olahraga. Olahraga kini telah mengalami kemajuan yang sangat pesat. Dimana olahraga telah merambah semua aspek kehidupan seperti industri, perekonomian, pendidikan dan lain sebagainya.

Olahraga merupakan bagian aktivitas sehari-hari manusia yang membentuk kondisi jasmani dan rohani yang sehat. Sampai saat ini olahraga telah terbukti memberikan kontribusi yang positif dan nyata bagi peningkatan kesehatan manusia untuk menjadikan pola hidup sehat dan bugar setiap saat. Selain itu, olahraga juga berperan dalam menyelenggarakan sistem pembangunan nasional yang berkelanjutan dalam rangka untuk mencerdaskan manusia Indonesia seutuhnya berdasarkan tujuan pendidikan secara nasional.

Seiring perkembangannya, olahraga merupakan suatu kebutuhan yang diyakini oleh masyarakat luas untuk menjaga dan memelihara kondisi jasmani individu agar tetap segar setiap saat dalam beraktifitas sehari-hari serta mendorong kemampuan individu untuk berprestasi lebih unggul pada bidang pekerjaannya masing-masing, guna untuk mencapai kesuksesan dalam menjalani kehidupan yang lebih baik. Hal ini telah dijelaskan dalam UU RI

No.3 Tahun 2005 Bab 2 Pasal 4 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional

yang berbunyi :

“Keolahragaan Nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportifitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional, serta mengangkat harkat, martabat, dan kehormatan bangsa”.

Dengan demikian dapat diartikan bahwa pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dapat dilaksanakan melalui perkumpulan olahraga dan menyelenggarakan pertandingan atau kompetisi secara teratur dan berkelanjutan, baik ditingkat daerah maupun nasional. Olahraga prestasi menurut Syafrudin (2011:17) adalah “Kemampuan prestasi olahraga menggambarkan tingkat penguasaan suatu prestasi olahraga tertentu dan ditentukan oleh struktur kondisi yang kompleks dari sejumlah faktor khusus prestasi adapun faktor tersebut dapat meliputi kondisi fisik, teknik, taktik, mental serta sarana dan prasarana yang digunakan”.

Berdasarkan kutipan diatas, maka dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa seseorang dapat dikatakan berprestasi dalam suatu cabang olahraga, dia harus mempunyai kemampuan penguasaan teknik, taktik sesuai dengan cabang olahraga yang diminatinya, mempunyai mental yang baik, sarana dan prasarana yang diperlukan dalam latihan dan permainan, dan memiliki kondisi fisik yang baik. Keempat faktor tersebut merupakan satu kesatuan yang saling terkait satu dengan yang lainnya dan tidak dapat dipisahkan. Tanpa kondisi fisik yang baik tidak mungkin seseorang mampu merealisasikan teknik dengan

baik serta tanpa taktik dan mental yang baik juga tidak akan dapat melahirkan prestasi maksimal.

Prestasi juga ditentukan oleh bakat dan motivasi dari diri atlet itu sendiri, program dan metode latihan serta usaha pembinaan yang teratur dan kontiniu dalam pembinaan yang diarahkan kepada pencapaian keberhasilan atlet dan peningkatan prestasi. Selain itu untuk mencapai prestasi ada dua faktor yang mempengaruhi seorang atlet, sebagai mana yang dikemukakan oleh Syafruddin (2011:57) “yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal adalah kemampuan fisik, taktik, teknik, dan mental atlet, sedangkan faktor eksternal adalah pengaruh yang datang dari luar diri atlet itu sendiri seperti, faktor pelatih, Pembina, iklim dan cuaca, gizi, sarana dan prasarana, oraganisasi, penonton, wasit, hakim garis, keluarga, dan lain sebagainya”.

Ada banyak sekali cabang olahraga prestasi, salah satu cabang olahraga prestasi yang berkembang dengan pesat dalam sistem olahraga nasional adalah sepakbola. Menurut Yuliftri (2011:13) sepakbola adalah suatu olahraga yang membutuhkan keterampilan. Setiap pemain sepakbola harus memiliki keterampilan atau teknik yang diperlukan dalam permainan sepakbola seperti teknik menggiring bola, teknik menipu lawan, dan teknik-teknik lainnya. Agar seorang pemain sepakbola memiliki keterampilan dalam menguasai teknik dan terampil dalam permainan sepakbola harus dididik atau diberikan atau diberikan pengetahuan dan keterampilan bermain sepakbola sejak usia dini mulai tingkat Sekolah Dasar (SD). Sehingga pemain dapat

mengasah bakat dengan baik sebagai bekal menjadi pemain sepakbola berprestasi.

Meraih prestasi dalam permainan sepakbola tentu harus banyak menciptakan gol ke gawang lawan, sesuai dengan ide permainan sepakbola yang dikemukakan oleh Tim sepakbola FIK UNP (2008:28) adalah memasukan bola sebanyak mungkin ke gawang lawan dan seminimal mungkin mempertahankan gawang sendiri dari kebobolan.

Berdasarkan pendapat diatas, maka menendang bola merupakan teknik dasar bermain sepakbola yang paling banyak digunakan dalam permainan sepakbola. Kesebelasan sepakbola yang baik adalah suatu kesebelasan sepakbola yang semua pemainnya menguasai teknik dasar menendang bola dengan baik, cepat dan tepat ke arah sasaran, baik teman maupun sasaran dalam membuat gol ke gawang lawan. Dengan demikian teknik *shooting* atau menendang ke gawang tersebut harus betul betul dikuasai oleh pemain sepakbola.

Pembinaan pemain dilakukan sejak usia dini sampai ketaraf profesional yang tinggi, disini klub memegang dan berperan penting dalam menciptakan pemain diatas, melakukan pembinaan jangka panjang serta melalui tahapan pembinaan yang sistematis, Di Indonesia telah banyak berdiri klub-klub sepakbola sebagai wadah untuk menyalurkan bakat yang ada di masyarakat termaksud di Sumatra Barat salah satunya adalah klub Rajawali. Klub ini merupakan salah satu wadah pembinaan sepakbola di Kota Padang.

klub ini sudah berdiri sejak Tahun 1999, yang terdiri dari berbagai macam kelompok usia yaitu U- 13,U- 15, U- 17, U- 21 dan Senior.

Berdasarkan observasi yang telah dilakukan oleh peneliti pada tanggal 25 september 2020 ditempat Lap.Opel lubuk buaya bersama pelatih Jhon Syafril (pelatih SSB Rajawali Padang) dengan melihat langsung pertandingan dan kegiatan latihan rutin yang dilakukan oleh pemain sepakbola SSB Rajawali Padang, Hasil pengamatan yang dilakukan peneliti menemukan bahwa tidak semua pemain sepakbola SSB Rajawali Padang mempunyai kemampuan *shooting* yang baik..

Peneliti mengamati pertandingan selama 2x30 menit permainan yang dilakukan pemain SSB Rajawali Padang, dimana pemain terhitung melakukan *shooting* kurang lebih sebanyak 17 kali, dari sekian banyak *shooting* yang dilakukan para pemain berhasil melakukan 6x *shooting* tepat sasaran dan menghasilkan 1 gol, dan 11x *shooting* yang dilakukan tidak tepat sasaran, maka dari itu hasil yang dikumpulkan sangat mencolok dimana dari 17x *shooting* yang dilakukan para pemain SSB Rajawali Padang hanya sukses melakukan *shooting* sebanyak 6x dengan 1 gol dan 11x *shooting* yang dilakukan tidak tepat sasaran.

Minggu 20 juni 2021 dilapangan persekon dekat lapai peneliti mengamati pertandingan selama 2x30 menit yang dilakukan pemain SSB Rajawali Padang dimana terhitung melakukan shooting kurang lebih sebanyak 24 kali dari sekian banyak *shooting* yang dilakukan para pemain berhasil melakukan 9x shooting tepat sasaran menghasilkan 4 gol dan yang dilakukan

tidak tepat sasaran sebanyak 15x shooting tidak tepat sasaran disini SSB Rajawali Padang memperoleh kemenangan

Sabtu 26 juni 2021 dilapangan brandon didekat tepi kali peneliti mengamati pertandingan selama 2x30 menit yang dilakukan pemain SSB Rajawali Padang dimana terhitung melakukan shooting kurang lebih sebanyak 17 kali dari sekian banyak *shooting* yang dilakukan para pemain berhasil melakukan 5x shooting tepat sasaran dan yang dilakukan tidak tepat sasaran sebanyak 12x shooting disini SSB Rajawali Padang memperoleh kekalahan. Hal ini dikarenakan kemampuan *shooting* yang masih kurang baik

Hal ini mungkin dikarenakan latihan yang dilakukan pemain belum begitu dikuasai dengan baik. Karena pemain Rajawali Padang belum memperhatikan teknik dan prinsip *shooting* yang harus dimiliki oleh pemain sepakbola, agar tujuan permainan sepakbola akan dapat tercapai maka pemain harus mempunyai keterampilan *shooting* yang memadai, maka ini menyebabkan hasil tendangan (*Shooting*) pemain sepakbola SSB Rajawali Padang masih kurang baik. Untuk memperoleh atau memiliki kemampuan menendang bola ke gawang (*shooting*) diantaranya adalah melalui latihan secara kontinuyu.

Kemungkinan selama ini frekuensi jadwal latihan dan program latihan yang kurang teratur mengakibatkan kemampuan shooting para pemain kurang maksimal. Maka para pemain untuk menambah latihan sendiri dirumah agar kemampuan shooting seorang pemain menjadi lebih baik dari sebelumnya. Karena itu pemain harus bisa mengembangkan berbagai latihan

variasi *shooting* dalam sepak bola dengan latihan mengembangkan *shooting* kita bisa menjadi lebih terampil dalam mencetak gol ke gawang lawan. banyak cara untuk meningkatkan kemampuan *shooting* dalam permainan sepakbola, seperti dengan memberikan latihan variasi *shooting* secara maksimal dan variasi bermain.

Kemungkinan kemampuan seorang pelatih SSB rajawali belum begitu berpengalaman (belum memiliki lisensi) hal yang berpengaruh dalam melatih pemain. Agar memiliki pemain yang bagus maka dilihat segi kemampuan (skill) dari pelatihnya. Karna kalau kita memiliki seorang pelatih yang hebat dan berpengalaman (Memiliki lisensi) maka akan menghasilkan bibit pemain yang berkualitas dalam sepakbola di Kota Padang.

Kemungkinan Rajawali Padang belum memiliki pengaturan makanan untuk pemain, karna asupan gizi bagi pemain harus diperhatikan agar kondisi fisik pada saat menjalankan latihan tidak faktor penghambatnya. Maka pemain harus makan - makanan tertentu yang dikonsumsi selama latihan. Agar memiliki energi pada saat melakukan berbagai latihan yang akan dilakukan.

Berdasarkan uraian diatas, jelaslah bahwa permasalahan dalam penelitian ini adalah kemampuan *shooting* ke gawang pemain Rajawali Padang belum baik. Untuk meningkatkan kemampuan *shooting* ke gawang tersebut maka pada kesempatan ini peneliti untuk menggunakan latihan variasi *shooting*. Artinya dengan memberikan variasi-latihan variasi *shooting*, nantinya diharapkan pemain Rajawali Padang dapat ditingkatkan kemampuan *shooting* dengan baik.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka masalah yang akan dibahas dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut :

1. Kemampuan teknik *shooting* pemain SSB Rajawali Padang masih kurang baik
2. Program latihan pemain SSB Rajawali Padang masih belum dijalankan secara optimal
3. Variasi latihan *shooting* SSB Rajawali Padang belum dijalankan secara optimal
4. Belum ada pengaturan makanan SSB Rajawali Padang selama latihan

C. Pembatasan Masalah

Mengingat permasalahan yang tercakup dalam penelitian ini cukup banyak dan keterbatasan waktu, dana, serta literatur. Penelitian ini tidak bermaksud untuk meneliti masing-masing faktor yang diidentifikasi diatas. Penelitian ini membatasi telaan Pengaruh Latihan variasi *shooting* Terhadap kemampuan *shooting* Pemain SSB Rajawali Padang.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah maka dapat di susun perumusan masalah yaitu Apakah Terdapat Pengaruh Latihan variasi *Shooting* Terhadap kemampuan *shooting* Pemain SSB Rajawali Padang ?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan permasalahan di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah: Untuk mengetahui Pengaruh Latihan variasi *shooting* Terhadap peningkatan kemampuan *shooting* Pemain SSB Rajawali Padang.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan berguna dan bermanfaat bagi:

1. Sebagai syarat untuk penulis mendapatkan gelar Sarjana Olahraga (S.Or) pada Jurusan Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang.
2. Bahan masukan bagi pembina SSB Rajawali Padang.
3. Untuk bahan pedoman bagi pelatih sepakbola dalam menyusun program latihan dalam hal meningkatkan kemampuan *shooting* pemain SSB Rajawali Padang.