

ABSTRAK

Pengaruh Modifikasi Latihan terhadap Hasil *Shooting* pada Tim Sepak Bola SMP Yos Soedarso Gandrungmangu.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh rendahnya hasil *shooting* pada tim sepak bola SMP Yos Soedarso Gandrungmangu yang ditunjukkan oleh kurangnya akurasi tendangan, kekuatan *shooting*, dan ketepatan mengarahkan bola ke gawang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh modifikasi latihan terhadap hasil *shooting* pada tim sepak bola SMP Yos Soedarso Gandrungmangu. Penelitian dilaksanakan di SMP Yos Soedarso Gandrungmangu pada bulan Juni sampai Juli dengan subjek penelitian sebanyak lima belas siswa yang tergabung dalam tim sepak bola sekolah. Metode yang digunakan adalah metode eksperimen dengan *desain One Group Pretest-Posttest*. Populasi penelitian berjumlah lima belas siswa dan seluruh populasi dijadikan sampel menggunakan teknik total sampling. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui tes keterampilan *shooting* yang diberikan sebelum (*pretest*) dan sesudah (*posttest*) perlakuan berupa modifikasi latihan. Analisis data menggunakan uji normalitas, uji homogenitas, dan uji hipotesis Paired Samples t-Test dengan bantuan program SPSS. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan rata-rata nilai *shooting* dari 16.67 pada *posttest* dan 31.33 pada *pretest*. Hasil uji hipotesis menunjukkan nilai signifikansi 0,01 ($<0,05$) sehingga hipotesis penelitian diterima, dengan demikian modifikasi latihan berpengaruh signifikan terhadap peningkatan hasil *shooting* pada tim sepak bola SMP Yos Soedarso Gandrungmangu. Penelitian ini merekomendasikan agar guru Pendidikan Jasmani dan pelatih menerapkan modifikasi latihan secara berkelanjutan serta didukung dengan penyediaan sarana dan prasarana olahraga yang memadai untuk mengoptimalkan pembelajaran dan prestasi sepak bola di sekolah.

Kata kunci: modifikasi latihan, hasil *shooting*, pendidikan jasmani