

ABSTRAK

Zidan Gustiadi Putra. 2023 *Pengaruh Latihan Tendangan Menggunakan Resistance Band Terhadap Keberhasilan Shooting Ke Gawang Futsal Club BSCM.ID*. Skripsi. Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan, Universitas Jambi. Pembimbing (1) Rasyono, S.Pd.,M.pd, Pembimbing (2) Bangkit Yudho Prabowo, M.OR.

Kata Kunci: Latihan, Media *Resistance Band*, *shooting*, *club* futsal.

penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Latihan Tendangan Menggunakan *ResistanceBand* Terhadap Keberhasilan *Shooting* Pada *Club* Futsal BSCM.ID. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Club* Futsal BSCM.ID .

Penelitian ini dilakukan di lapangan futsal sengeti kec.sekernana kab.muaro jambi pada agustus 2023. Sampel Sebanyak 8 orang putra. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *deskriptif kuantitatif* yang bersifat eksperimen dengan rancangan penelitian *One group pretest-posttest design*. Berdasarkan hasil perhitungan didapatkan nilai bahwa : Dari hasil MD *pretest-posttest* penelitian mempunyai $t_{hitung} -15.68$, sehingga dapat disimpulkan adanya pengaruh Latihan Tendangan Menggunakan *Resistance Band* Terhadap Keberhasilan *Shooting* Pada *Club* Futsal BSCM.ID, dikarenakan t_{hitung} lebih kecil Dari pada t_{tabel} .

Hasil penelitian menunjukkan Ada perbedaan pengaruh terhadap peningkatan Keberhasilan *Shooting* dalam permainan futsal pada *Club* Futsal BSCM.ID. Terbukti dengan Latihan Media *Resistance Band* peningkatan *pre-test* dan *post-test* terhadap keberhasilan *shooting* adalah -1.56 dengan MD -0.156 serta persentase 10% Sehingga dapat disimpulkan bahwa latihan Media *Resistance Band* untuk meningkatkan keberhasilan *Shooting* berpengaruh dalam permainan futsal.