

ABSTRAK

Gian Pramayadi : Pengaruh Latihan *Ladder Drill* Terhadap Kemampuan *Footwork* Pada Atlet Bulutangkis PB. Pratama Kabupaten Kerinci.

Masalah penelitian adalah rendahnya kemampuan *footwork* pada atlet bulutangkis PB Pratama Kabupaten Kerinci. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan *ladder drill* terhadap kemampuan *footwork* pada atlet PB Pratama Kabupaten Kerinci.

Penelitian ini merupakan eksperimen semu (*quasi experimental*). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet bulutangkis PB Pratama Kabupaten Kerinci yang berjumlah 18 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *total sampling*, Berjumlah 18 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan tes awal kemampuan *footwork*. Analisa data dan pengujian hipotesis menggunakan teknik analisis komparasi dengan menggunakan rumus uji beda mean (uji t) dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$.

Dari analisis data yang dilakukan diperoleh hasil : terdapat pengaruh latihan *ladder drill* terhadap kemampuan *footwork* pada atlet bulutangkis PB. Pratama kabupaten kerinci. Karena $t_{hitung} = 6,18$ lebih besar dibandingkan dengan $t_{tabel} = 1,74$.

Kata Kunci : Latihan *Ladder drill*, Kemampuan *Footwork*