

ABSTRAK

Yolanda Surya Ikhsan. 2019. "Pengaruh Latihan Kelincahan Terhadap Kemampuan *Dribbling* Sepakbola (Studi Eksperimen Pemain Tim SSB Gasked Kab. 50. Kota)". *Skripsi*. Jurusan Kepelatihan, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Masalah dalam penelitian ini yaitu masih rendahnya kemampuan *dribbling* pemain tim SSB Gasked Kabupaten Limapuluh Kota. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* pemain tim SSB Gasked Kabupaten Limapuluh Kota.

Jenis penelitian ini adalah eksperimen semu (*quasi eksperimen*), populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pemain tim SSB Gasked Kabupaten Limapuluh Kota yang berjumlah 42 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *purposive sampling* yaitu kelompok umur 14-19 tahun yang berjumlah 20 orang. Untuk mendapatkan data penelitian digunakan tes *dribbling zig-zag*. Data yang diperoleh di analisis dengan uji t.

Hasil pengolahan data dalam penelitian ini adalah t_{hitung} 10,686 sedangkan t_{tabel} sebesar 2,093 dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$ dan $n = 20$, maka $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($10,686 > 2,093$), maka dapat disimpulkan bahwa adanya pengaruh yang signifikan dari bentuk latihan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* pemain tim SSB Gasked Kabupaten Limapuluh Kota.

Kata Kunci: Latihan Kelincahan, Kemampuan *Dribbling*