

ABSTRAK

Rizkia Rahmat (2018): Pengaruh Pemberian Sari Kurma Terhadap Kemampuan Daya Tahan Pemain Tim Sepakbola SMA N 1 Banuhampu Kec. Banuhampu Kab. Agam

Masalah penelitian ini adalah rendahnya kemampuan daya tahan pemain tim sepakbola SMA N 1 Banuhampu Kecamatan Banuhampu Kabupaten Agam. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian sari kurma terhadap kemampuan daya tahan pemain tim sepakbola SMA N 1 Banuhampu Kecamatan Banuhampu Kabupaten Agam.

Jenis penelitian ini adalah eksperimen semu, populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pemain tim sepakbola SMA N 1 Banuhampu Kecamatan Banuhampu Kabupaten Agam yang berjumlah 20 orang. Teknik pengambilan sampel adalah total sampling yaitu mengambil seluruh populasi untuk menjadi sampel penelitian sebanyak 20 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan melakukan *pre-test* dan *post-test* kemampuan daya tahan pemain tim sepakbola SMA N 1 Banuhampu Kecamatan Banuhampu Kabupaten Agam menggunakan test *bleep test (Multi Stage Fines Test)*. Analisa komparasi dengan menggunakan rumus uji beda mean (uji t) dengan taraf signifikan α 0,05.

Dari analisa data yang dilakukan diperoleh hasil : Pengaruh pemberian sari kurma terhadap kemampuan daya tahan pemain tim sepakbola SMA N 1 Banuhampu Kecamatan Banuhampu Kabupaten Agam, dengan perolehan koefisien uji “t” yaitu $t_{hitung} = 15,08 > t_{tabel} 1,73$.

Kata Kunci : Pemberian Sari Kurma, Kemampuan Daya Tahan