

## ABSTRAK

Pengaruh Model Latihan Variasi Kelincahan terhadap kemampuan Dribbling Sepakbola SSB Gasked Nagari Durian Tinggi Kecamatan Kapur IX Kabupaten Limapuluh Kota

**Oleh: Rizal Yusman**

Masalah penelitian ini adalah masih rendahnya tingkat kemampuan dribbling pemain SSB gasked nagari durian tinggi kecamatan kapur IX kabupaten limapuluh kota. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan variasi kelincahan terhadap peningkatan kemampuan dribbling pemain SSB Gasked Nagari Durian Tinggi Kecamatan Kapur IX Kabupaten Limapuluh Kota.

Jenis penelitian ini adalah eksperimen semu. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan September s.d November 2020. Populasi dalam tim SSB Gasked Kecamatan Kapur IX kabupaten Limapuluh Kota yang berjumlah 42 orang pemain. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling, maka jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 20 orang pemain. Instrument dalam penelitian ini dengan mengukur kemampuan dribbling sepakbola pemain SSB Gasked Nagari Durian Tinggi Kecamatan Kapur IX kabupaten Limapuluh Kota. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis statistik uji t.

Hasil penelitian ini adalah: Terdapat pengaruh Model Latihan variasi kelincahan terhadap peningkatan kemampuan dribbling pemain SSB Gasked Nagari Durian Tinggi Kecamatan Kapur IX Kabupaten Limapuluh Kota dengan  $t_{hitung} > t_{tabel}$  ( $6,12 > 1,72$ ).

**Kata Kunci:** LATIHAN VARIASI KELINCAHAN, KEMAMPUAN DRIBBLING