

ABSTRAK

Pengaruh Bentuk Rangkaian Latihan terhadap Ketepatan Long Passing Pemain Sepakbola SSB Silampari Kota Lubuklinggau

Oleh: Sony Arya Wibisono

Penelitian ini bertujuan untuk melihat adanya pengaruh bentuk rangkaian latihan terhadap ketepatan *long passing* pemain sepakbola SSB Silampari Kota Lubuklinggau. Jenis penelitian ini eksperimen semu yang dilakukan di lapangan Taman Olahraga Silampari (TOS) Kota Lubuklinggau dimulai dari tanggal 12 Maret sampai 12 April 2021. Populasi penarikan sampel penelitian ini adalah pemain sepakbola SSB Silampari kota Lubuklinggau yang berjumlah 17 orang diberikan perlakuan selama 16 kali pertemuan. Teknik pengambilan data menggunakan *Passing Accuracy test*. Data yang telah terkumpul digunakan untuk menguji hipotesis yang menggunakan uji-t. Sebelum uji-t dilakukan terlebih dahulu uji persyaratan analisis yaitu uji *liliefors*.

Dari hasil uji hipotesis yang menggunakan statistic uji-t dapat disimpulkan sebagai berikut : bentuk rangkaian latihan berpengaruh terhadap ketepatan *long passing* pemain sepakbola SSB Silampari Kota Lubuklinggau dengan $t_{hitung} 12,02 \geq t_{tabel} 1,74$, alfa 0,05%. Jadi dapat disimpulkan bahwa, latihan dengan menggunakan bentuk rangkaian latihan yang diberikan pada sampel memberi pengaruh dalam usaha meningkatkan ketepatan *long passing* pemain sepakbola SSB Silampari Kota Lubuklinggau.

Kata Kunci: Ketepatan Long Passing Pemain