

ABSTRAK

Pengaruh Latihan Kelincahan Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Atlet Sepak Bola SSB Simbalang Jaya Tanah Datar

OLEH : David Palmer, 2013.

Berdasarkan pengamatan peneliti terhadap fenomena yang terjadi pada atlet sepakbola Simbalang Jaya Tanah Datar, bahwa keterampilan menggiring bola cenderung rendah. Masalah inilah diduga disebabkan karena beberapa faktor, yang salah satunya adalah belum tepatnya latihan yang diberikan pelatih. Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan pengaruh latihan kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola atlet sepakbola Simbalang Jaya Tanah Datar.

Metode penelitian ini adalah *Randomized Control Group Only Design*. Penelitian ini akan dilaksanakan di lapangan sepakbola PORTAB Tanjung Barulak, Kec Tanjung Emas dimana tempat atlet SSB Simbalang Jaya latihan, sedangkan waktu pelaksanaan penelitian dimulai Tanggal 2 Desember 2012 – 15 Januari 2013. Populasi penelitian berjumlah 140 orang, teknik pengambilan sampel diambil dengan *Purposive Sampling* sehingga diperoleh sampel sebanyak 20 atlet. Data tes menggiring bola diambil dengan Tes menggiring bola. Teknik analisis data yaitu dengan rumus Uji t.

Hasil analisis data menunjukkan bahwa: (1) Latihan kelincahan memberi pengaruh pada keterampilan menggiring bola Atlet sepakbola Simbalang Jaya, pengaruh ini adalah sebesar 2,40, yaitu dari skor rata-rata 19,44 pada *pre test* menjadi 17,04 pada *post test*. (2) Kelompok yang tidak diberikan perlakuan atau kelompok kontrol terlihat bahwa tidak terjadi peningkatan keterampilan menggiring bola Atlet sepakbola Simbalang Jaya, adapun hasil penelitian pada kelompok B adalah sebesar 0,14, yaitu dari skor rata-rata 19,41 pada *pre test* menjadi 19,27 pada *post test*. Dengan $t_{hit} = 6,253 > t_{tabel} = 2,262$.