

ABSTRAK

Pengaruh Latihan Kelincahan terhadap Kemampuan *Dribbling* Pemain Sepakbola SSB Gelora Buana Kab. Kerinci

Oleh: Devi Pilsa Saputra

Masalah dalam penelitian ini adalah lemahnya kemampuan *Dribbling* pemain sepakbola SSB Gelora Buana Kab. Kerinci. Penelitian ini dengan variabel bebas latihan kelincahan dengan variabel terikatnya adalah kemampuan *Dribbling*. Tujuan penelitian ini adalah melihat pengaruh latihan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* pemain sepakbola SSB Gelora Buana Kab. Kerinci. Populasi dalam penelitian ini adalah pemain sepakbola SSB Gelora Buana Kab. Kerinci yang berjumlah 60 orang dan sampel 12 orang yang diambil dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrument dalam penelitian ini adalah tes kemampuan *dribbling* yang dilakukan sebanyak 2 kali yakni tes awal dan tes akhir. Teknik analisis data yaitu dengan uji t.

Berdasarkan analisis data dalam penelitian ini menggunakan statistik uji t-test hasil dari pengolahan data dalam penelitian ini adalah dan terdapat peningkatan hasil kemampuan tes awal dan tes akhir, berarti latihan kelincahan memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kemampuan *dribbling*, artinya penerapan latihan kelincahan memberi pengaruh untuk peningkatan kemampuan *dribbling*.

Kata Kunci : Latihan Kelincahan, Kemampuan *Dribbling*