

ABSTRAK

Pengaruh latihan kelincahan dan kecepatan terhadap kemampuan *dribbling* Atlet SSB SELAGAN FC KAB, Mukomuko.

OLEH : Hafits Aldin (2013) :

Masalah dalam penelitian ini adalah rendahnya kemampuan *dribbling* bermain sepakbola Atlet SSB SELAGAN FC KAB, Mukomuko. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat pengaruh latihan kelincahan dan kecepatan terhadap kemampuan *dribbling* bermain sepakbola Atlet SSB SELAGAN FC KAB, Mukomuko serta untuk melihat perbedaan pengaruh kelincahan terhadap kecepatan bermain sepakbola Atlet SSB SELAGAN FC KAB, Mukomuko.

Jenis penelitian ini adalah eksperimen yang bertujuan untuk mengetahui seberapa pengaruh latihan kelincahan dan kecepatan terhadap *dribbling* sepakbola. populasi dalam penelitian ini adalah seluruh Atlet SSB SELAGAN FC KAB, Mukomuko yang mengikuti latihan berjumlah 120 orang. pada penelitian ini teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *purposive sampling*, sehingga pemain yang dijadikan sampel yaitu pada kelompok U-17 tahun dengan jumlah sampel 30 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan melaksanakan tes *dribbling*. Data kemudian di analisis dengan menggunakan uji-t.

Hasil penelitian menunjukkan 1). Terdapat pengaruh kelincahan terhadap peningkatan kemampuan *dribbling* sepakbola, terbukti Karena t_{hitung} (7.37) lebih besar dari t_{tabel} (1.76). 2).Terdapat pengaruh kecepatan terhadap peningkatan kemampuan *dribbling* sepakbola, terbukti Karena t_{hitung} (8.24) lebih besar dari t_{tabel} (1.76). 3). Tidak terdapatnya perbedaan pengaruh Kelincahan dan kecepatan terhadap peningkatan kemampuan *dribbling* sepakbola, karena t_{hitung} (0.0046) lebih kecil dari t_{tabel} (1.76) kemampuan *dribbling* sepakbola Atlet SSB SELAGAN FC KAB, Mukomuko.