

ABSTRAK

**IVAN RODEARDO.NIM. 6123321025.Upaya Meningkatkan koordinasi Mata kaki Dalam Permainan Sepak Bola Melalui Latihan *Ball Feeling* Menggunakan *Ladder Agility* Pada Siswa Sekolah Sepakbola (SSB) PTPN II Saentis Kab. Deli Serdang Usia 12-14 Tahun.
(Pembimbing : ZULFAN HERI)
Skripsi : Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED 2018**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan koordinasi mata kaki sepakbola melalui variasi latihan *ball feeling* menggunakan *Ladder Agility* pada siswa SSB PTPN II Saentis Tahun 2017. Subyek dalam penelitian ini adalah siswa SSB PTPN II Saentis dengan jumlah 15 orang siswa SSB yang akan diberi tindakan berupa latihan *ball feeling* menggunakan *ladder agility* variasi. Metode yang dipakai pada penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Olahraga (*Sport Action Research*).

Untuk memperoleh data dalam penelitian ini dilakukan tes hasil latihan yang dilaksanakan pada awal sebelum siklus dan pada akhir sesudah siklus. Pelaksanaan penelitian ini dilaksanakan dalam satu siklus, selama empat minggu dengan frekwensi enam belas kali pertemuan. Analisis data dilakukan dengan reduksi data dan paparan data.

Hasil penelitian menyimpulkan : (1) dari tes awal diperoleh sebanyak 15 siswa SSB PTPN II Saentis Kabupaten Deli Sedang Usia 12-14 Tahun skor rata-rata (14,53) dan skor setelah dikonfersikan sebesar (66,66%) untuk koordinasi mata kaki secara klasikal belum memenuhi target. (2) Dari tes hasil latihan siklus I diperoleh data 15 siswa SSB PTPN II Saentis Kabupaten Deli Serdang Usia 12-14 Tahun memperoleh skor rata-rata (18,33) dan skor setelah dikonfersikan sebesar (100%) pada *power* otot tungkai semua atlet sudah memenuhi target.

Oleh karena dengan satu siklus siswa sudah mencapai target yang telah ditentukan maka siklus diberhentikan sampai dengan siklus I dan tidak dilanjutkan ke siklus II. Berdasarkan hasil analisis data dapat disimpulkan bahwa melalui penerapan variasi latihan *ball feeling* menggunakan *ladder agility* dapat memberikan peningkatan terhadap koordinasi mata kaki dalam sepakbola pada siswa SSB Usia 12-14 PTPN II Saentis Kabupaten Deli Serdang Tahun 2017.

