

ABSTRAK

**POLTAK M SITUMEANG. Upaya Meningkatkan Hasil *Dribbling* Melalui Variasi Latihan *Curving Line Trajectory* Pada Atlet Sepakbola SSB Medan *Soccer* Usia 14-15 Tahun 2013. Pembimbing : M. NUSTAN HASIBUAN
Skripsi Medan : Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED 2013**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan hasil *dribbling* melalui variasi latihan *curving line trajectory* pada atlet sepakbola ssb Medan *soccer* usia 14-15 tahun 2013. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh atlet sepakbola SSB Medan *soccer* usia 14-15 tahun 2013 yang berjumlah 20 orang yang akan diberikan tindakan berupa variasi latihan *curving line trajectory*. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *total sampling* yang dilakukan melalui metode Penelitian Tindakan Olahraga (*Sport Action Research*). Untuk memperoleh data dalam penelitian ini dilakukan tes hasil latihan di akhir siklus yang berbentuk aplikasi penilaian dengan menggunakan *Letter L*.

Pelaksanaan penelitian ini dilaksanakan dengan II siklus selama 4 minggu dengan frekuensi latihan 4 kali dalam seminggu dalam I siklus yang terdiri dari 3 tahap yaitu tahap persiapan tindakan, pelaksanaan dan evaluasi.

Hasil penelitian menyimpulkan: (1) Dari data hasil siklus I diperoleh sebanyak 6 atlet (30%) telah mencapai tingkat ketuntasan *dribbling*, sedangkan 14 atlet (70%) belum mencapai tingkat ketuntasan, dengan persentase nilai rata-rata (80,33%), namun belum memenuhi kriteria ketuntasan secara klasikal yang diharapkan yaitu 83%. (2) dari hasil tes siklus II diperoleh data sebanyak 17 atlet (85%) yang telah mencapai ketuntasan dalam latihan dan 3 atlet (15%) masih belum tuntas, dengan persentase nilai rata-rata (80,82%). Peningkatan persentase nilai rata-rata hasil latihan atlet dari tes sebelumnya yaitu (3,19%) dan ketuntasan klasikalnya (7,57%). Berdasarkan hasil analisis data dapat disimpulkan bahwa melalui variasi latihan *curving line trajectory* dapat meningkatkan hasil *dribbling* pada atlet sepakbola SSB Medan *Soccer* Usia 14-15 Tahun 2013.