

ABSTRAK

IBNU MASHUD. Perbedaan Pengaruh Bermain Benteng dengan Bermain Hadang Terhadap Kelincahan Pemain Sepakbola Usia 10 – 12 Tahun SSB Rajawali Medan Tahun 2013.

(Pembimbing : H. BAKTI SITEPU)

Skripsi Medan : Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED 2013

Beberapa unsur kondisi fisik yang harus dimiliki oleh pemain sepakbola antara lain ; kekuatan, kecepatan, kelincahan dan koordinasi, tenaga, *power*, daya tahan otot, daya kerja jantung paru, kelenturan, keseimbangan, ketepatan, dan kesehatan olahraga.

Kelincahan merupakan suatu gerakan yang dominan pada permainan sepak bola, kelincahan juga sangat dibutuhkan pada saat melewati lawan, baik pergerakan yang dilakukan saat menguasai bola ataupun tanpa bola. Kelincahan populasi masih kurang dan terlihat kaku yang mengakibatkan pemain kurang mampu pada saat melewati lawan. Penyebabnya karena pada saat latihan anak-anak tidak didasari dengan perasaan senang dan hanya diberikan latihan yang bersifat monoton atau latihan yg sama setiap latihan dan tidak didasari dengan latihan bermain, sehingga hasil yang didapat tidak maksimal bagi anak-anak usia dini.

Olahraga tradisional ada beberapa bentuk permainan yaitu egrang, gebug bantal, terompah panjang, lari balok, tarik tambang, hadang, patok lele, benteng, dagongan, sumpitan, dan gasing. Dalam permainan sepakbola dibutuhkan keterampilan berupa kelincahan dan gerak. Oleh karena itu, peneliti memilih dua bentuk permainan tradisional yang dapat meningkatkan kelincahan pemain SSB Rajawali Medan. Permainan tradisional yang digunakan dalam penelitian ini adalah Permainan Benteng dan Permainan Hadang.

Penelitian ini dilakukan di lapangan SSB Rajawali Medan yang berlokasi di Jalan Metal Kelurahan Mabar Hilir pada 27 September – 20 Oktober 2012 dimulai pukul 15.30 WIB sampai selesai dan dilaksanakan selama 4 minggu dengan frekuensi 5x seminggu, pada hari Senin, Selasa, Rabu, Jum'at, dan Sabtu. Dengan jumlah sampel 20 orang dari seluruh populasi yang berjumlah 150 orang. Selanjutnya diberikan kedua bentuk permainan tersebut yaitu Permainan Benteng dan Permainan Hadang . Untuk memperoleh hasil kelincahan, maka dilakukan tes *shuttle run* 4x10 meter. Penelitian ini dilakukan selama 4 minggu dengan frekuensi latihan 5 kali seminggu. Untuk melihat hasil kelincahan masing-masing variabel bebas maupun terikat, maka digunakan perhitungan statistik uji normalitas, uji homogenitas, dan uji-t.

Dalam pengujian hipotesis pertama dinyatakan bahwa jika $t_{hit} > t_{tab}$ maka H_0 diterima dan H_a ditolak. Ternyata dari hasil perhitungan diperoleh $t_{hit} > t_{tab}$ atau $6,25 > 1,83$, sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari Kelompok Permainan Benteng Terhadap Peningkatan Kelincahan Pemain Sepakbola Usia 10 – 12 SSB Rajawali Medan Tahun 2012.

Dalam pengujian hipotesis kedua dinyatakan bahwa jika $t_{hit} > t_{tab}$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Ternyata dari hasil perhitungan diperoleh $t_{hit} > t_{tab}$ atau $7,83 > 1,83$, sehingga H_0 diterima dan H_a ditolak. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari Kelompok Permainan Hadang Terhadap Peningkatan Kelincahan Pemain Sepakbola Usia 10 – 12 SSB Rajawali Medan Tahun 2012.

Dalam pengujian hipotesis ketiga dinyatakan bahwa $t_{hitung} < t_{tabel}$ atau $-0,43 < 1,83$, sehingga H_0 diterima dan H_a ditolak. Dapat disimpulkan bahwa permainan benteng lebih baik pengaruhnya dibandingkan dengan permainan hadang terhadap peningkatan kelincahan pemain sepakbola usia 10 – 12 SSB Rajawali Medan Tahun 2012.

