

ABSTRAK

Natanael Tarigan (NIM 6163311034). “Pengaruh Variasi Latihan *Dribbling* Terhadap Kemampuan *Dribbling* Pada Siswa Ekstrakurikuler Sma Swasta Santa Maria Kabanjahe”.

(Pembimbing Skripsi: SAIPUL AMBRI DAMANIK)

Skripsi : Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED 2021.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan hasil *dribbling* pada siswa ekstrakurikuler futsal SMA Swasta Santa Maria Kabanjahe melalui pemberian variasi latihan *dribbling*.

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Swasta Santa Maria Kabanjahe, waktu penelitian dilaksanakan bulan Agustus 2020, populasi dalam penelitian ini adalah peserta siswa ekstrakurikuler SMA Santa Maria yaitu sebanyak 20 siswa. Sedangkan sampel dalam penelitian ini penulis mengelompokkan dengan metode *matching by pairing* menjadi dua kelompok diantaranya kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Metode penelitian ini adalah metode eksperimen dengan teknik pengumpulan data dan menggunakan tes dan pengukuran

Berdasarkan hasil analisis dengan menggunakan Uji-t menunjukkan bahwa terbukti kebenaran hasil perhitungan kelompok eksperimen dengan nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($6,65 > 2,26$), dan nilai *mean pretest* 14,05 detik dan *mean post-test* 11,94 detik mengalami penurunan dengan selisih 2,11 detik, sementara kelompok kontrol nilai $t_{hitung} < t_{tabel}$ ($-4,01 < 2,26$), dan nilai *mean pretest* 14,76 detik dan *mean post-test* 15,25 detik dan mengalami peningkatan dengan selisih 0,49 detik, berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Maka variasi latihan *dribbling* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kemampuan *dribbling* pada peserta ekstrakurikuler SMA Swasta Santa Maria Kabanjahe.

Kesimpulan penelitian terdapat pengaruh yang signifikan dari pemberian variasi latihan *dribbling* terhadap kemampuan *dribbling* pada siswa ekstrakurikuler SMA Swasta Santa Maria Kabanjahe.

Kata kunci : Permainan Futsal, Latihan, Variasi *dribbling*.