

ABSTRAK

FADLY REZA SIREGAR. Pengaruh Latihan *Small Sided Games* (SSG) Terhadap Peningkatan Teknik Dasar Sepakbola Pada Siswa Sekolah Sepakbola Perfect Unimed. Tesis. Medan: Program Pascasarjan Universitas Negeri Medan. Januari 2021

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan *small sided games* terhadap peningkatan teknik dasar sepakbola. Teknik dalam hal ini adalah *passing* dan *dribbling*. Metode latihan yang digunakan adalah metode latihan *small sided games*. *Small-sided games* adalah permainan yang dimainkan di lapangan yang lebih kecil dan pemain yang lebih sedikit dari pada permainan yang sesungguhnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan *small sided games* terhadap peningkatan teknik dasar sepakbola siswa SSB usia 14 - 16 tahun sekolah sepakbola *Perfect Unimed*. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen. Desain penelitian yang digunakan adalah *one pre test-post test group design*. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *total sampling* berjumlah 20. Berdasarkan hasil uji-t berpasangan antara data *pre-tes* dengan *post-test* diperoleh nilai *significancy* sebesar 0,000 ($p < 0,05$) yang berarti terdapat peningkatan yang signifikan teknik dasar sepakbola. Data *pre-tes* memiliki rerata 5,00 selanjutnya saat *post-tes* rerata mencapai 6,55. Besar peningkatan *passing* dilihat dari nilai rata – rata yaitu 1,55 dengan kenaikan persentasi 31 %. Besar peningkatan *passing* dilihat dari nilai rata – rata yaitu 1,58 dengan kenaikan persentasi 33,26 %. Kesimpulan penelitian ini yaitu, terdapat pengaruh yang signifikan dari metode latihan *small sided games* terhadap peningkatan signifikan latihan *small sided games* terhadap peningkatan teknik dasar sepakbola pada siswa usia 14 – 16 tahun

Kata Kunci : *Small Sided Games, Teknik Dasar dan Sepakbola*



ABSTRACT

FADLY REZA SIREGAR. The Effect of Small Sided Games (SSG) Exercises on Improving Basic Football Techniques in Perfect Unimed Football School Students. Thesis. Medan. Postgraduate Program Universitas Negeri Medan. Januari 2021

This study aims to determine the effect of small sided games training on improving basic football techniques. Techniques in this case are passing and dribbling. The training method used is the small sided games training method. Small-sided games are games played on a smaller pitch and with fewer players than the actual game. This study aims to determine the effect of small sided games training on improving the basic techniques of soccer for SSB students aged 14-16 years at the Perfect Unimed football school. This research is using experimental method. The research design used was one pre test-post test group design. Sampling was done with a total sampling technique totaling 20. Based on the results of the paired t-test between the pre-test and post-test data, it was obtained a significance value of 0.000 ($p < 0.05$), which means that there was a significant increase in the basic technique of football. The pre-test data had a mean of 5.00, then the post-test mean was 6.55. The magnitude of the increase in passing was seen from the average value, namely 1.55 with a percentage increase of 31%. The amount of increase in passing was seen from the average value of 1.58 with a percentage increase of 33.26%. The conclusion of this study is that there is a significant effect of the small sided games training method on a significant increase in small sided games training on the improvement of basic football techniques in students aged 14-16 years.

Keywords: *Small Sided Games, Basic Techniques and Football*

