

## ABSTRAK

**HENDRA GUNAWAN SIREGAR. NIM: 6173121024. Pengembangan Video Tutorial Latihan Pola Serangan Dalam Permainan *Hockey Indoor*. (Pembimbing: Dr. Rahma Dewi, M.Pd) Skripsi: Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED 2021**

Penelitian ini bertujuan untuk mengatasi kebosanan para atlet *Hockey Indoor* di Binjai, Tanjung Balai, dan Batu Bara dalam melakukan variasi latihan pola serangan dalam permainan *Hockey Indoor* dan menambah semangat para atlet dengan adanya variasi-variasi latihan yang baru. Metode penelitian ini merupakan jenis penelitian dan pengembangan atau *Research and Development* (R&D). Subjek penelitian ini diambil dari FHI Binjai, FHI Tanjung Balai, dan FHI Batu Bara. Uji coba kelompok kecil melibatkan 12 orang pada FHI Binjai. Uji coba kelompok besar dalam penelitian ini melibatkan 24 orang pada FHI Batu Bara dan FHI Tanjung Balai. Variasi latihan pola serangan dalam permainan *Hockey Indoor* ini telah dibuat dan di validasi oleh 3 orang ahli yaitu, Ahli Pelatih, Ahli Hockey, Ahli Media.

Hasil uji kelompok kecil melibatkan 12 orang atlet Binjai, menunjukan bahwa bentuk variasi latihan pola serangan dalam permainan *Hockey Indoor* memenuhi kriteria untuk dilanjutkan dalam uji coba kelompok besar dengan persentase 75 – 83 %.

Hasil uji kelompok besar melibatkan 24 orang atlet FHI Batu Bara, dan Tanjung Balai, menunjukan bahwa bentuk variasi latihan pola serangan dalam permainan *Hockey indoor* memenuhi kriteria untuk dilanjutkan dalam uji coba kelompok besar dengan persentase 85 – 92 %

Dapat disimpulkan bahwa Pengembangan Video Tutorial Latihan Pola Serangan Dalam Permainan *Hockey Indoor* dapat dikategorikan sangat baik dengan makna layak dan dapat digunakan. Karena hal tersebut penting dalam meningkatkan semangat para atlet untuk lebih giat lagi berlatih pola serangan dan sebagai daya tarik untuk mengatasi kebosanan para atlet dalam berlatih *Hockey Indoor*.

**Kata kunci: Video Tutorial, Pola Serangan, *Hockey Indoor***

## ABSTRACT

**HENDRA GUNAWAN SIREGAR. NIM: 6173121024. Development of a Video Tutorial on Attack Pattern Practice in Indoor Hockey Games. (Supervisor: Dr. Rahma Dewi, M.Pd) Thesis: Faculty of Sports Science UNIMED 2021**

This study aims to overcome the boredom of the Indoor Hockey athletes in Binjai, Tanjung Balai, and Batu Bara in carrying out variations of attack pattern training in the Indoor Hockey game and increase the enthusiasm of the athletes with new variations of training. This research method is a type of research and development or Research and Development (R&D). The subjects of this study were taken from FHI Binjai, FHI Tanjung Balai, and FHI Batu Bara. The small group trial involved 12 people at FHI Binjai. The large group trial in this study involved 24 people at FHI Batu Bara and FHI Tanjung Balai. Variations of attack pattern training in this Indoor Hockey game have been created and validated by 3 experts, namely, Expert Coach, Expert Hockey, Media Expert.

The results of the small group test involving 12 Binjai athletes, showed that the variation of attack pattern training in the Indoor Hockey game met the criteria to be continued in the large group trial with a percentage of 75 - 83%.

The results of the large group test involving 24 athletes from the FHI Batu Bara, and Tanjung Balai, showed that the variation of attack pattern training in the indoor hockey game met the criteria to be continued in large group trials with a percentage of 85-92%.

It can be concluded that the Development of Attack Pattern Training Video Tutorials in Indoor Hockey Games can be categorized very well with the meaning of being feasible and can be used. Because it is important in increasing the enthusiasm of the athletes to be more active in practicing attack patterns and as an attraction to overcome the boredom of athletes in Practice Indoor Hockey.

**Keywords: Video Tutorials, Attack Patterns, Hockey Indoor**

