

ABSTRAK

Fahrozi Hidayat: Pengaruh Latihan *Ball Feeling* Terhadap Kemampuan *Dribbling* Peserta Ekstrakurikuler Futsal MTs Swasta Cendekia Medan (Pembimbing Skripsi : Bangun Setia Hasibuan), Skripsi, Medan : Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Medan 2022.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan *ball feeling* terhadap kemampuan *dribbling* peserta ekstrakurikuler MTs Swasta Cendekia Medan. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa atau atlet ekstrakurikuler futsal di MTs Swasta Cendekia Medan yang berjumlah 20 pemain dan besarnya sampel dalam penelitian ini sebanyak 20 pemain yang mengikuti ekstrakurikuler futsal. Pengumpulan data penelitian dilakukan dengan melakukan tes kemampuan *dribbling*. Jenis penelitian adalah eksperimen dengan desain “*One Group Pretest-Posttest Design*”. Instrumen penelitian yang akan digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini adalah tes menggiring bola oleh Subagyo Irianto yang telah diuji coba oleh Rudy Saeful Rochman (2016) dengan hasil uji validitas 0,710 dan uji reliabilitas 0,991. Teknik analisis data menggunakan uji prasyarat, yaitu *Kolmogorov-smirnov test* untuk uji normalitas, uji homogenitas dan uji-t untuk pengujian hipotesis pada taraf signifikan 5%. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan latihan *ball feeling* terhadap peningkatan keterampilan *dribbling* pada peserta yang mengikuti ekstrakurikuler futsal, dapat kita lihat bahwa hasil tes *dribbling* dan kaidah yang digunakan untuk mengetahui normal memiliki $p > 0,005$, dimana p dari *pretest* sebesar $0,041 > 0,005$ dinyatakan normal dan p dari *posttest* sebesar $0,028 > 0,005$ dinyatakan normal. Hasil uji homogenitas nilai *pretest dan posttest* sig. $p 0,100 > 0,05$ sehingga data bersifat homogen. Oleh karena semua data bersifat homogen maka analisis data dapat dilanjutkan dengan statistic parametrik. Hasil uji-t dapat dilihat bahwa t hitung 10,38 dan t tabel 2,09 (df 19) dengan nilai signifikansi p sebesar 0,001. Oleh karena t hitung $10,38 > t$ tabel 2,09, dan nilai signifikansi $0,001 < 0,05$, maka hasil ini menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan. Dari data *pretest* memiliki rata-rata 20,35 detik, selanjutnya pada saat *posttest* rata-rata mencapai 13,36 detik. Besarnya peningkatan keterampilan *dribbling* tersebut dapat dilihat dari perbedaan nilai rata-rata yaitu sebesar 6,99 detik. Dengan demikian hipotesis alternatif (H_a) yang berbunyi “ada pengaruh yang signifikan latihan *ball feeling* terhadap kemampuan *dribbling* pada peserta ekstrakurikuler futsal MTs Swasta Cendekia Medan”, diterima. Artinya latihan *ball feeling* memberi pengaruh terhadap kemampuan *dribbling* peserta ekstrakurikuler futsal MTs Swasta Cendekia Medan.

Kata Kunci : Pengaruh Latihan, *Ball feeling* dan *Dribbling*

ABSTRACT

Fahrozi Hidayat: The Effect of Ball Felling Training on the Dribbling Ability of Futsal Extracurricular Participants at Private MTs Cendekia Medan (Thesis Supervisor : Bangun Setia Hasibuan), Thesis, Medan : Faculty of Sports Science, State University of Medan 2022.

The purpose of this study was to determine the effect of ball feeling training on the dribbling ability of the extracurricular members of MTs Swasta Cendekia Medan. The population in this study were students or futsal extracurricular athletes at MTs Swasta Cendekia Medan, totaling 20 players and the sample size in this study was 20 players who took part in futsal extracurriculars. The research data was collected by conducting a dribbling ability test. This type of research is an experiment with a "One Group Pretest-Posttest Design" design. The research instrument that will be used to collect data in this study is the dribbling test by Subagyo Irianto which has been tested by Rudy Saeful Rochman (2016) with a validity test result of 0.710 and a reliability test of 0.991. The data analysis technique used prerequisite tests, namely the Kolmogorov-Smirnov test for normality test, homogeneity test and t-test for hypothesis testing at a significant level of 5%. The results showed that there was a significant effect of ball feeling exercise on increasing dribbling skills in participants who took part in futsal extracurriculars, we can see that the results of the dribbling test and the rules used to determine normal have $p > 0.005$, where p from the pretest is $0.019 > 0.005$ is stated normal and p from the posttest of $0.011 > 0.005$ was declared normal. The results of the homogeneity test of pretest and posttest values sig. p $0.103 > 0.05$ so the data is homogeneous. Because all the data are homogeneous, the data analysis can be continued with parametric statistics. The results of the t-test can be seen that the t count is 10.38 and the t table is 2.09 (df 19) with a p significance value of 0.000. Because t count $10.38 > t$ table 2.09, and a significance value of $0.001 < 0.05$, this result shows that there is a significant difference. From the pretest data it has an average of 20.35 seconds, then at the posttest the average reaches 13.36 seconds. The magnitude of the increase in dribbling skills can be seen from the difference in the average value of 6.99 seconds. Thus the alternative hypothesis (H_a) which reads "there is a significant effect of ball feeling training on the dribbling ability of the futsal extracurricular participants at MTs Swasta Cendekia Medan", is accepted. This means that the ball feeling exercise has an effect on the dribbling ability of the futsal extracurricular members of MTs Swasta Cendekia Medan.

Keywords: Effect of Exercise, Ball feeling and Dribbling