ABSTRAK

Imam Sidiq Siregar, "Upaya Meningkatkan Kecepatan Menggiring Bola Dengan *Variasi* Latihan *Curving-Line Trajectory* Pada Atlet Usia 13-15 tahun SSB TASBI 2013".
(Pembingbing : M. NUSTAN HASIBUAN)
Skripsi Medan: Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED 2013.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan hasil *dribble* sepakbola dengan pendekatan upaya meningkatkan kecepatan menggiring bola dengan variasi bentuk latihan curving-line trajectory pada atlet usia 13-15 tahun ssb tasbih 2013. Subjek dalam penelitian ini adalah atlet puteri usia 13-15 tahun klub sepakbola SSB TASBI Medan dengan jumlah 20 orang yang akan diberikan tindakan berupa variasi bentuk latihan *curving-line trajectory*.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan, yang terdiri dari 1 siklus. Sebelum dilakukan tindakan pada siklus I peneliti melakukan tes awal untuk mengetahui letak kesulitan pada latihan *dribble* sepakbola, kemudian dilakukan latihan dan tindakan menggunakan variasi bentuk latihan *curving-line trajectory* pada siklus I selama 6 pertemuan dan diadakan post-test I, dengan instrumen tes *dribble* dan lembar pengamatan tes proses latihan *dribble* sepakbola.

Hasil penelitian ini adalah kemampuan menggiring bola dalam permainan sepakbola menggunakan variasi latihan *dribble* pada siswa SSB TASBI Medan Tahun 2013 tidak ada siswa (0 %) yang mencapai hasil latihan yang baik, dan PPH 115%, sedangkan 18 siswa (90%) yang belum mencapai hasil latihan dan masih jauh dari yang diharapkan. Peningkatan hasil latihan siswa setelah diterapkan menggunakan variasi latihan *dribble* pada siklus I (*post-test*) mengalami peningkatan dengan PPH 93,2% sebanyak 18 siswa (90%) yang mencapai hasil latihan yang baik dan 2 siswa (10%) belum mencapai hasil latihan yang baik. Ini bermakna telah terjadi peningkatan hasil latihan menggiring bola siswa setelah diterapkannya dengan menggunakan variasi latihan *dribble* dan melalui hasil tes observasi atlet dengan PPH 115%.

Dalam hal ini dapat dilihat bahwa terjadi peningkatan rata-rata yang signifikan dari hasil latihan atlet antara pre-test ke siklus I. Berdasarkan hasil analisis data dapat dikatakan bahwa melalui penerapan variasi latihan *curving-line trajectory* dapat meningkatkan hasil latihan kecepatan *dribbling* sepakbola pada atlet usia 13-15 Tahun SSB TASBI Medan Tahun 2013.