

ABSTRAK

JUNAIIDI WARDANA Perbedaan Pengaruh Latihan *heading with a body turn* dengan Latihan *diving header* Terhadap Hasil *heading* Dalam Permainan Sepakbola Pada Siswa Ekstrakurikuler Madrasah Aliyah Negeri Kisaran Tahun 2014.(Pembimbing: MAHMUDDIN)
Skripsi : Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED 2014

Latar belakang masalah dalam penelitian ini adalah kurangnya kemampuan teknik *heading* pada siswa ekstrakurikuler Madrasah Aliyah Negeri Kisaran Tahun 2014. Hal ini disebabkan kurangnya variasi yang dilakukan pelatih dalam melatih. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui berapa besar Perbedaan Pengaruh Latihan *heading with a body turn* Dengan Latihan *diving header* terhadap hasil *heading* dalam permainan sepakbola pada siswa ekstrakurikuler Madrasah Aliyah Negeri Kisaran Tahun 2014.

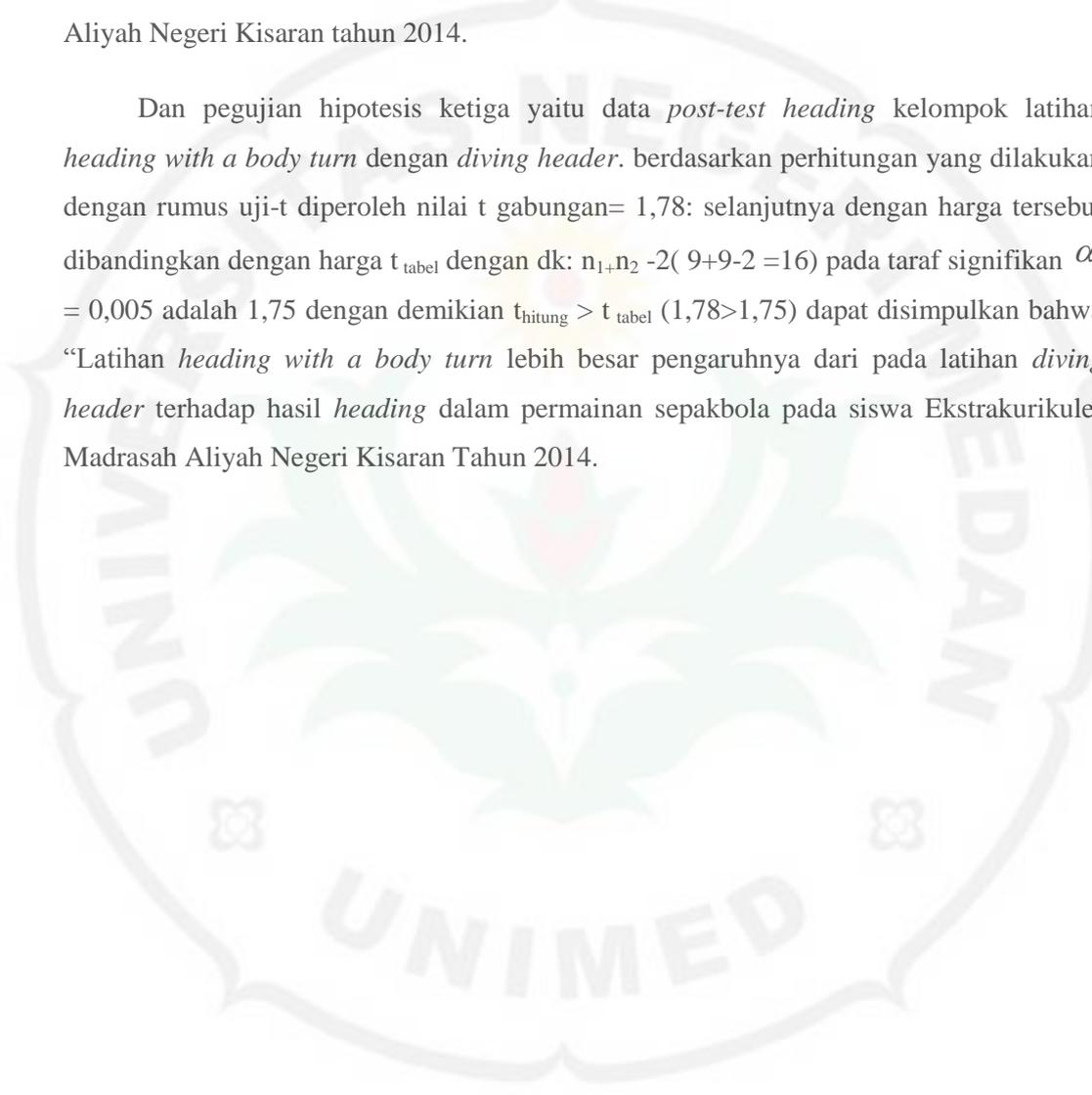
Lokasi penelitian ini dilaksanakan di Lapangan UNA dengan jumlah populasi terdiri dari 26 orang sedangkan sampel terdiri dari 18 orang, dibagi menjadi 2 kelompok. Pembagiannya dilakukan dengan teknik *matching pairing*, yaitu dengan melakukan tes awal kemampuan teknik *heading*. Dari hasil tes awal ini sampel dibagi menjadi 2 kelompok dimana hasil yang diperoleh diurutkan dari ranking tertinggi sampai terendah. Masing-masing kelompok terdiri dari 9 orang dan diberi 2 bentuk media latihan yang berbeda. Kelompok I diberi latihan *heading with a body turn* dan kelompok II diberi Latihan *diving header*. Kedua kelompok ini akan mendapatkan waktu serta perlakuan yang sama, yaitu 6 minggu dengan frekuensi latihan 3 (tiga) kali pertemuan dalam seminggu.

Hasil pengujian hipotesis penelitian pertama diperoleh nilai $t_{hitung} = 7,2$ selanjutnya harga tersebut dibandingkan dengan harga t_{tabel} dengan dk: $n-1$ ($9-1=8$) pada taraf signifikan $\alpha = 0,005$ adalah 1,86 dengan $t_{hitung} > t_{tabel}$ dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari latihan *heading with a body turn* terhadap hasil *heading* kelompok latihan dalam permainan sepakbola pada siswa ekstrakurikuler Madrasah Aliyah Negeri Kisaran tahun 2014.

Hasil Pengujian Hipotesis Kedua berdasarkan hasil penghitungan yang dilakukan, diperoleh nilai $t_{hitung} = 6,32$ selanjutnya harga tersebut dibandingkan dengan harga t_{tabel} dengan dk: $n-1$ ($9-1=8$) pada taraf signifikan $\alpha = 0,005$ adalah 1,86 dengan $t_{hitung} > t_{tabel}$ dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari latihan *diving header*

terhadap hasil *heading* dalam permainan sepakbola pada siswa ekstrakurikuler Madrasah Aliyah Negeri Kisaran tahun 2014.

Dan pengujian hipotesis ketiga yaitu data *post-test heading* kelompok latihan *heading with a body turn* dengan *diving header*. berdasarkan perhitungan yang dilakukan dengan rumus uji-t diperoleh nilai t gabungan= 1,78: selanjutnya dengan harga tersebut dibandingkan dengan harga t_{tabel} dengan dk: n_1+n_2-2 ($9+9-2=16$) pada taraf signifikan $\alpha = 0,005$ adalah 1,75 dengan demikian $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($1,78 > 1,75$) dapat disimpulkan bahwa “Latihan *heading with a body turn* lebih besar pengaruhnya dari pada latihan *diving header* terhadap hasil *heading* dalam permainan sepakbola pada siswa Ekstrakurikuler Madrasah Aliyah Negeri Kisaran Tahun 2014.



THE
Character Building
UNIVERSITY