

ABSTRAK

**NEMAR EDRIANSYAH HARAHAHAP. NIM. 6101121030. Perbedaan Pengaruh Latihan Bermain Benteng dan Latihan Bermain Hadang Terhadap Hasil Kelincahan pada Atlet Sepakbola Putra Usia 12-14 Tahun Sekolah Sepakbola (SSB) Patriot Medan Tahun 2015/2016. (Pembimbing :RAHMAN SITUMEANG)
Skripsi :Fakultas Ilmu Keolahrgaan UNIMED Tahun 2016**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan bermain benteng dan latihan bermain hadang terhadap hasil kelincahan pada atlet sepakbola putra usia 12-14 tahun sekolah sepakbola (SSB) Patriot Medan tahun 2015/2016. serta mengetahui mana yang lebih besar pengaruhnya antara latihan bermain benteng dan latihan bermain hadang terhadap hasil kelincahan pada atlet sepakbola usia 12-14 tahun sekolah sepakbola (SSB) Patriot Medan tahun 2015/2016.

Metode dalam penelitian ini menggunakan metode eksperimen. Lokasi penelitian ini dilaksanakan di lapangan sepakbola (SSB) Patriot jalan air bersih Medan, waktu penelitian dilaksanakan mulai tanggal 2 Desember 2015 sampai 20 Januari 2016. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 30 orang dan yang menjadi sampel dalam penelitian ini adalah atlet sepakbola usia 12-14 tahun SSB Patriot Medan tahun 2015/2016 dengan jumlah 20 orang atlet.

Dari hasil perhitungan uji hipotesis I diperoleh harga $t_{hitung} (9,58) > t_{tabel} (2,26)$, maka hipotesis I dapat diterima sehingga dapat dibuktikan bahwa “latihan bermain benteng memberikan pengaruh terhadap hasil kelincahan pada atlet sepakbola usia 12-14 tahun sekolah sepakbola (SSB) Patriot Medan tahun 2015/2016”. Dari hasil uji hipotesis II, diperoleh harga $t_{hitung} (5,6) > t_{tabel} (2,26)$, maka hipotesis II dapat diterima sehingga dapat dibuktikan bahwa “latihan bermain hadang memberikan pengaruh terhadap hasil kelincahan pada atlet sepakbola usia 12-14 tahun sekolah sepakbola (SSB) Patriot Medan tahun 2015/2016”. Dari hasil uji hipotesis III diperoleh harga $t_{hitung} (4,5) > t_{tabel} (2,10)$, maka hipotesis III dapat diterima sehingga dapat dibuktikan bahwa “latihan bermain benteng lebih besar pengaruhnya daripada latihan bermain hadang terhadap hasil kelincahan pada atlet sepakbola usia 12-14 tahun sekolah sepakbola (SSB) Patriot Medan tahun 2015/2016”.