

ABSTRAK

MUHAMMAD ANGGA UTAMALEWA. “Pengaruh Kelincahan, Daya Tahan dan Motivasi Berprestasi Terhadap Prestasi Atlet PBSI kota Binjai Tahun 2016”.

(Pembimbing: NOVITA)

Skripsi Medan: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan, 2016.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat Pengaruh Kelincahan, Daya Tahan dan Motivasi Berprestasi Terhadap Prestasi Atlet PBSI kota Binjai Tahun 2016. Penelitian ini menggunakan Metode Eksperimen sampel yang digunakan sebanyak 21 dengan menggunakan teknik *Purposive random sampling*. Kemudian sampel diberi perlakuan latihan lari *zig-zag, shadow, fartlek dan circuit training*.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah Metode Eksperimen. Sesudah memulai perlakuan latihan diambil data *pre-test* dan setelah dilakukan latihan kemudian diambil lagi data *post-test* untuk menemukan informasi tentang Pengaruh Kelincahan, Daya Tahan dan Motivasi Berprestasi Terhadap Prestasi Atlet PBSI kota Binjai Tahun 2016. Latihan dilaksanakan selama 5 minggu atau 18 kali pertemuan.

Hasil penelitian ini menyimpulkan bahwa 1) terdapat pengaruh kelincahan terhadap prestasi atlet PBSI kota Binjai tahun 2016 dengan diperoleh $t_{hitung}=2,65 > t_{tabel}=2,09$. 2) terdapat pengaruh daya tahan terhadap prestasi atlet PBSI kota Binjai tahun 2016 dengan diperoleh $t_{hitung}=2,32 > t_{tabel}=2,09$. 3) terdapat pengaruh motivasi berprestasi terhadap prestasi atlet PBSI kota Binjai tahun 2016 dengan diperoleh $t_{hitung}=3,63 > t_{tabel}=2,09$. 4) terdapat pengaruh dari kelincahan, daya tahan, dan motivasi berprestasi terhadap prestasi atlet PBSI kota Binjai tahun 2016 dengan di peroleh nilai $F_{hitung}= 8,59$ $F_{tabel} = 3,20$. Maka penelitian ini

Menyimpulkan bahwa “Terdapat Pengaruh yang signifikan secara bersama dari latihan Kelincahan, Daya Tahan dan Motivasi Berprestasi Terhadap Prestasi atlet PBSI kota Binjai tahun 2016”.