

## ABSTRAK

**ABDURRAHMAN HARAHAHAP. Pengembangan Variasi Latihan *Zig-Zag Run With The Ball* Dalam Permainan Sepak Bola pada Atlet Sekolah Sepakbola Dinas Pemuda dan Olahraga (DISPORA) Medan Usia 13-15 Tahun.**

**(Pembimbing Skripsi: AMIR SUPRIADI**

**Skripsi Medan : Fakultas Ilmu Keolahragaan. UNIMED 2016.**

Permainan sepakbola sekarang ini mengalami perubahan besar, dilihat dari teknik permainan, peraturan-peraturan, pengorganisasian atau di pandang dari sudut publikasi sehingga permainan sepakbola berkembang secara pesat. Penelitian ini dilaksanakan untuk mengetahui: (1)membuat sistem pengembangan variasi latihan *Zig-Zag Run With The Ball* dalam permainan sepakbola pada atlet sekolah sepakbola DISPORA Medan Usia 13-15 Tahun.

Metode Penelitian yang digunakan adalah *Research and Development* dengan pengumpulan data dalam pendataan angket secara manual dan peneliti bermaksud mengembangkan sistem latihan *Zig-Zag Run With The Ball*. Subjek uji coba kelompok kecil berjumlah 1 pelatih dan uji coba kelompok besar 1 pelatih. Instrumen yang digunakan dalam penelitian dan pengembangan ini adalah melalui kuisioner.

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa: (1) terciptanya pengembangan sistem variasi latihan *Zig-Zag Run With The Ball*. (2) Produk layak digunakan dari segi pengujian dan pendataan. (3) Produk yang telah diuji cobakan akan dijadikan kedalam bentuk video dan buku yang kemudian akan di produksi massal ke masyarakat.

**Kata Kunci: *Zig-Zag Run With The Ball*, Variasi**

