

## ABSTRAK

**SAUT MARTUA LUBIS. Pengaruh Latihan *King Of The Ring* Dan Latihan *Four Zone Games* Terhadap Kemampuan Hasil *Dribbling* Siswa Usia 15-16 Tahun Sekolah Sepakbola Andespa Patumbak Tahun 2016-2017. (Pembimbing : RAHMAN SITUMEANG) Skripsi Medan : Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED 2017.**

Penelitian ini bertujuan untuk menemukan informasi tentang pengaruh latihan *king of the ring* dan latihan *four zone games* terhadap kemampuan hasil *dribbling* atlet usia 15-16 Tahun Sekolah Sepak bola Andespa Patumbak Tahun 2016-2017.

Metode penelitian yang dilakukan adalah metode eksperimen dengan jumlah populasi 30 orang. Pengambilan sampel ini dilakukan dengan cara *purposive random sampling* (sampel pertimbangan) sebanyak 8 orang. Selanjutnya secara keseluruhan sampel diberikan perlakuan yang sama yaitu melakukan latihan *king Of The Ring* dan latihan *four Zone Games* berdasarkan hasil *pre-test* yang telah dirangking. Kemudian penelitian ini dilaksanakan selama 6 minggu, dengan frekuensi latihan 3 kali dalam seminggu.

Analisis hipotesis, dari data *pre-test* dan data *post-test dribbling* bola latihan *king of the ring* diperoleh  $t_{hitung}$  sebesar 5,82.  $t_{tabel}$  menggunakan peluang  $1 - \frac{1}{2}\alpha = 0,975$  dengan  $dk n - 1 = 7$  diperoleh harga  $t = 2,13$  dengan  $\alpha = 0,05$ ,  $t_{hitung} > t_{tabel}$  ( $14,16 > 2,36$ ) berarti  $H_0$  ditolak  $H_a$  diterima. Jadi latihan *king of the ring* dan latihan *four zone games* secara signifikan berpengaruh terhadap peningkatan hasil *dribbling* pada atlet usia 15-16 Tahun Sekolah Sepak bola Andespa Patumbak Tahun 2016-2017.

