

ABSTRAK

ADONG HADI S N. Perbandingan Antara Latihan *Shadow Drill* dengan Latihan *Slalom Dribble* Terhadap Peningkatan Kemampuan Menggiring Bola pada siswa ekstrakurikuler Sepakbola SMA Negeri 1 Parbuluan Kabupaten Dairi TA 2014/2015

(Pembimbing Skripsi : IBRAHIM WIYAKA)

Skripsi. Medan : Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED 2015.

Latar belakang masalah dalam penelitian ini yaitu Teknik menggiring (*dribbling*). Ketika peneliti mengamati ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Parbuluan melakukan latihan saat sesi *game* bahwa saat menggiring, bola lebih sering jauh dari penguasaan kaki atlet sehingga bola tersebut dapat dengan mudah direbut oleh pemain lawan. Maka dari itu atlet tersebut sering sekali kehilangan bola disaat mereka menggiring bola sehingga disaat pertandingan para atlet kurang memiliki keberanian untuk banyak menggiring bola, mereka lebih sering menggunakan umpan-umpan jauh dalam pertandingan,

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh yang signifikan dari latihan *shadow drill* dan latihan *slalom dribble* terhadap peningkatan kemampuan menggiring bola, serta latihan manakah yang lebih besar pengaruhnya antara kedua latihan tersebut terhadap peningkatan kemampuan menggiring bola pada siswa ekstrakurikuler sepakbola SMA Negeri 1 Parbuluan Kabupaten Dairi T.A 20/2015.

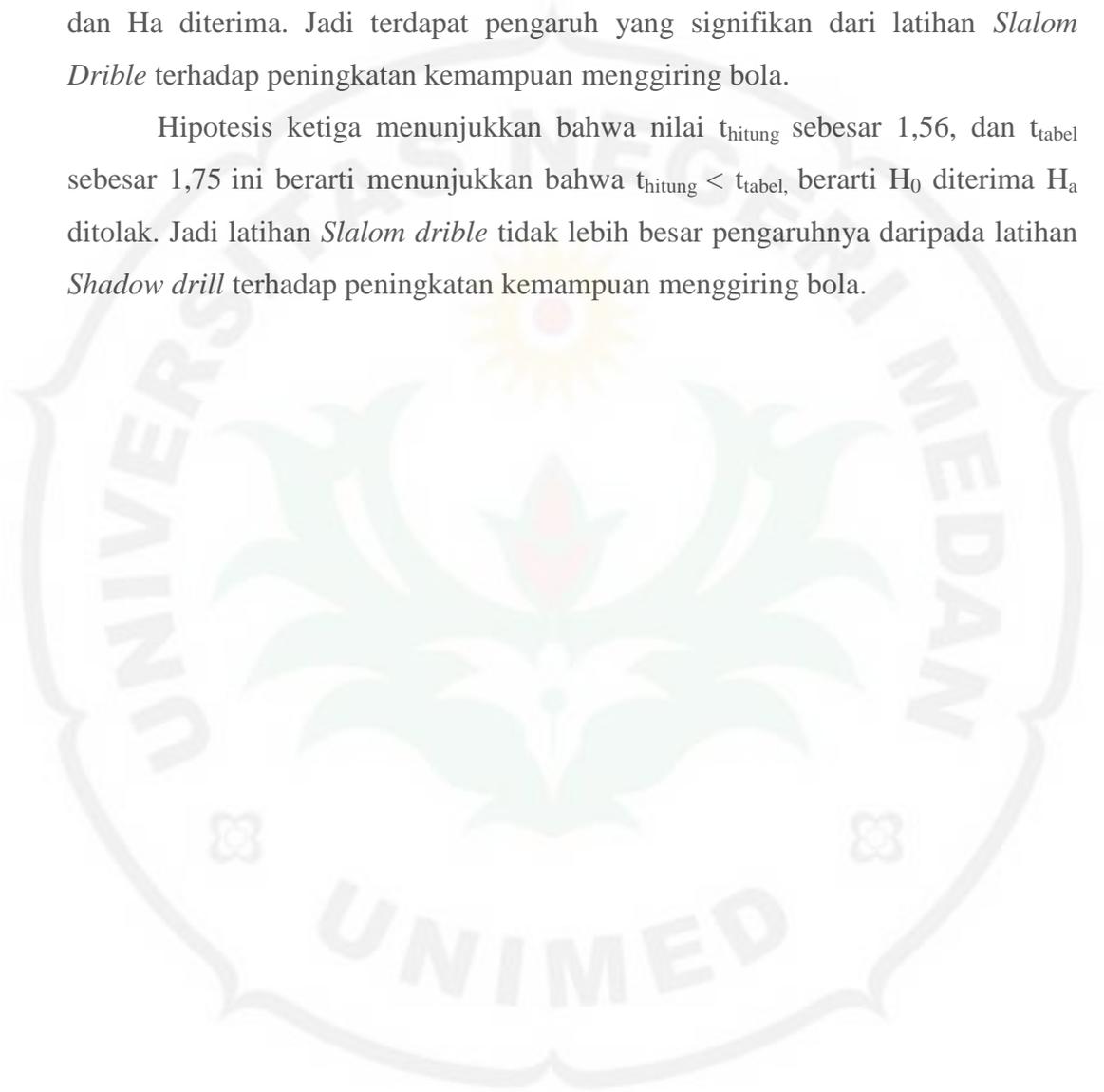
Metode penelitian ini menggunakan eksperimen lapangan dengan rancangan *pre-test* dan *post-test two group design*. Perlakuan diberikan selama 6 minggu. Sampel berjumlah 18 orang. Selanjutnya data diolah dengan menggunakan statistik dan uji-t.

Hasil analisis dengan uji-t menunjukkan bahwa: untuk hipotesis pertama menunjukkan bahwa nilai t_{hitung} sebesar 7,51 dan t_{tabel} sebesar 1,83, ini berarti menunjukkan bahwa $t_{hitung} > t_{tabel}$, berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Jadi terdapat pengaruh yang signifikan dari latihan *Shadow Drill* terhadap peningkatan kemampuan menggiring bola.

Selanjutnya hipotesis kedua menunjukkan bahwa t_{hitung} sebesar 6,21 dan t_{tabel} sebesar 1,83, ini berarti menunjukkan bahwa $t_{hitung} > t_{tabel}$, berarti H_0 ditolak

dan H_a diterima. Jadi terdapat pengaruh yang signifikan dari latihan *Slalom Dribble* terhadap peningkatan kemampuan menggiring bola.

Hipotesis ketiga menunjukkan bahwa nilai t_{hitung} sebesar 1,56, dan t_{tabel} sebesar 1,75 ini berarti menunjukkan bahwa $t_{hitung} < t_{tabel}$, berarti H_0 diterima H_a ditolak. Jadi latihan *Slalom dribble* tidak lebih besar pengaruhnya daripada latihan *Shadow drill* terhadap peningkatan kemampuan menggiring bola.



THE
Character Building
UNIVERSITY