ABSTRAK

NURUL QOMARIAH SIREGAR, NIM : 6123321040 : Pengembangan Model Latihan Fisik Pada Anak Usia 13-15 Tahun Dengan Pendekatan Bermain Di Sekolah Sepak Bola Tahun 2017 (Pembimbing Skripsi : NONO HARDINOTO), Skripsi Medan : Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Medan 2017

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan bentuk latihan fisik dengan pendekatan bermain. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet Sekolah Sepakbola PORTIS, POSTAB dan SMP N 3 Tahun 2017. Bentuk yang telah dibuat terlebih dahulu divalidasi 1 orang ahli dibidang olahraga , 1 orang pelatih sepakbola dan 1 orang ahli psikologi yang berasal dari Universitas yang mempunyai latar belakang pendidikan olahraga dan 1 orang ahli bahasa. Uji kelompok kecil melibatkan 10 orang atlet pemula Sekolah Sepakbola PORTIS dan uji kelompok besar melibatkan 30 orang atlet pemula Sekolah Sepakbola PORTIS, POSTAB dan SMP N 3.

Bentuk latihan fisik sepakbola berjumlah 7 bentuk latihan yang divalidasi ahli. Hasil dari validasi ahli bahwa keseluruhan bentuk latihan dapat digunakan dimana persentase validitasnya adalah 75%-96%. Hasil uji kelompok kecil terhadap 10 orang atlet pemula Sekolah Sepakbola PORTIS menunjukkan 7 bentuk latihan tersebut sudah memenuhi kriteria layak. Persentase validitas dari angket yang telah dibagikan kepada sampel menunjukkan 92%-100%.

Hasil uji kelompok besar terhadap 30 orang atlet pemula Sekolah Sepakbola PORTIS, POSTAB dan SMP N 3 bahwa 7 bentuk latihan tersebut sudah memenuhi kriteria layak digunakan. Persentase validitas dari angket yang telah dibagikan kepada sampel menunjukkan 94-100%. Dapat disimpulkan 7 bentuk latihan tersebut baik untuk latihan fisik sepakbola dan latihan menarik serta memiliki unsur kerjasama, karena hal tersebut sangat penting dalam latihan agar latihan tersebut tidak membosankan dan menjadi bahan masukan untuk para pelatih sekolah sepak bola di seluruh Indonesia.