

ABSTRAK

KRISTIAN ADINATA PANGARIBUAN. Pengaruh Latihan *Boomerang Run* dan *Zig-zag Line Trajectory* Terhadap Kecepatan *Dribble* Pada Pemain Usia 14-16 Tahun Sekolah Sepakbola (SSB) Mayang Putra Kecamatan Sunggal Tahun 2016.

(Pembimbing : NONO HARDINOTO)

Skripsi. Medan : Fakultas Ilmu Keolahragaan. UNIMED 2016.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tentang pengaruh latihan *boomerang run* dan *zig-zag line trajectory* dan terhadap kecepatan menggiring bola pada pemain sepakbola usia 14-16 tahun sekolah sepakbola (SSB) Mayang Putra Kecamatan Sunggal Tahun 2016. Metode Penelitian ini menggunakan eksperimen lapangan dengan teknik pengambilan data digunakan tes dan pengukuran. Lokasi penelitian ini dilaksanakan di lapangan sepakbola Mayang Putra yang terletak di jalan Perintis Kemerdekaan, Kecamatan Sunggal. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh Atlet SSB Mayang Putra yang berjumlah 60 orang. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 20 orang. Sampel yang diambil merupakan sampel bertujuan (*purposive random sampling*). Sampel dijadikan satu kelompok sehingga mendapat bentuk latihan teknik yang sama, yaitu latihan *boomerang run* dan *zig-zag line trajectory*. Penelitian ini dilakukan selama 18 kali pertemuan dengan volume latihan 4 kali seminggu.

Hasil analisis dengan uji-t menunjukkan bahwa: Hipotesis menunjukkan bahwa nilai t_{hitung} sebesar 12,21. Sedangkan nilai t_{tabel} pada taraf signifikan = 0.05 dengan dk $n-1$ ($20-1 = 19$) diperoleh t_{tabel} sebesar 2,09, ini berarti menunjukkan bahwa t_{hitung} yang diperoleh lebih besar dari t_{tabel} ($t_{hitung} = 12,21 > t_{tabel} 2,09$) berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Jadi Latihan *boomerang run* dan *zig-zag line trajectory* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kecepatan *dribble* pada pemain usia 14-16 tahun SSB Mayang Putra Kecamatan Sunggal tahun 2016.