

## ABSTRAK

**DENY SYAPUTRA PANGGABEAN, Upaya Meningkatkan Kemampuan *Dribbling* Dalam Permainan Sepakbola Melalui Latihan *Obstacle Course* Pada Pemain Putra Usia 10-12 Tahun Sekolah Sepakbola Gumarang Tahun 2016.**

**( Pembimbing skripsi : YAN INDRA SIREGAR)**

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

Penelitian ini bertujuan mengetahui peningkatan hasil latihan *dribbling* dalam permainan sepakbola melalui latihan *Obstacle Course* Usia 10-12 tahun dengan jumlah siswa 20 orang.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian tindakan olahraga yang dilakukan sebanyak satu siklus. Bentuk tes untuk pengumpulan data adalah hasil tes *dribbling*.

Berdasarkan hasil *pre-test* dari 20 siswa SSB Gumarang Medan usia 10-12 tahun, peneliti menetapkan peningkatan personal 10 % dan kelompok sebesar 85 % untuk keberhasilan hasil *post-test*. Berdasarkan hasil *post-test* diperoleh hasil dari 20 pemain, terdapat 18 pemain yang telah mencapai peningkatan target personal sebesar 10%, dan 90% untuk ketercapaian kelompok. Berdasarkan hasil analisis data dapat disimpulkan bahwa dengan menggunakan latihan *obstacle course* dapat meningkatkan hasil kecepatan menggiring bola pada siswa usia 10-12 tahun Sekolah Sepakbola (SSB) Gumarang Medan tahun 2016.