

## ABSTRAK

**JIMMY MARHUSOR SIREGAR. Perbedaan pengaruh latihan *Zig-Zag Run With The Ball* dengan Latihan *Running With The Ball* Terhadap Hasil Menggiring Bola pada siswa kegiatan Ekstrakurikuler kelas 3 SMK TriSakti Lubuk Pakam tahun 2012/2013.**

**(Pembimbing : Zulfan Heri)**

**Skripsi, Medan : Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED 2012**

Latihan *Zig-Zag Run With The Ball* dan *Running With The Ball* adalah dua bentuk latihan yang dapat meningkatkan kemampuan menggiring bola. Seorang pemain sepakbola yang baik harus memiliki kemampuan menggiring bola dengan baik khususnya bagi atlet untuk menunjang prestasi yang maksimal. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan pengaruh latihan *Zig-Zag Run With The Ball* dengan Latihan *Running With The Ball* Terhadap Hasil Menggiring Bola

Metode penelitian ini menggunakan eksperimen lapangan dengan rancangan ‘ *pre test and post test group design* ’. Perlakuan diberikan selama 6 minggu. Sampel berjumlah 18 orang. Selanjutnya data diolah dengan menggunakan statistik menggunakan uji-t.

Hasil analisis dengan uji-t menunjukkan bahwa : Untuk hipotesis satu menunjukkan bahwa nilai  $t_{hitung}$  sebesar 3,91 dan  $t_{table}$  sebesar 1,85 ini berarti menunjukkan bahwa  $t_{hitung} > t_{table}$ , berarti  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak . Jadi terdapat pengaruh yang signifikan dari latihan *Zig-Zag Run With The Ball* Terhadap Hasil Menggiring Bola

Selanjutnya hipotesis kedua menunjukkan bahwa  $t_{hitung}$  sebesar 8,42 dan  $t_{table}$  sebesar 1,85, ini berarti menunjukkan bahwa  $t_{hitung} > t_{table}$ , berarti  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak . Jadi terdapat pengaruh yang signifikan dari Latihan *Running With The Ball* Terhadap Hasil Menggiring Bola

Hipotesis ketiga menunjukkan bahwa nilai  $t_{hitung}$  0,26 ini menunjukkan bahwa  $t_{hitung} < t_{table}$ , berarti  $H_a$  ditolak dan  $H_o$  diterima . jadi *Zig-Zag Run With The Ball* lebih besar pengaruhnya dari latihan *Running With The Ball* terhadap peningkatan hasil menggiring bola.