

ABSTRAK

Zulkifli Sai. Nim. 831 408 205. "Pengaruh Latihan Kelincahan Terhadap Kemampuan Menggiring Pada Permainan Sepak Bola. (studi eksperimen siswa SMK Negeri 1 Kota Gorontalo). Skripsi. Jurusan Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan Fakultas Ilmu Kesehatan Dan Keolahragaan Universitas Negeri Gorontalo 2012. Bimbingan Prof. Dr. H. Hariadi Said, MS dan Ruslan S.Pd, M.Pd

Adapun yang menjadi masalah dalam penelitian ini adalah "Apakah terdapat pengaruh latihan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepak bola di SMK Negeri 1 Kota Gorontalo?" Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepak bola di SMK Negeri 1 Kota Gorontalo.

Populasi dalam penelitian ini berjumlah 121 orang sedangkan jumlah sampel adalah 20 orang, teknik penarikan sampel menggunakan *random sampling* yang mana sampel di ambil secara acak dari SMK Negeri 1 Kota Gorontalo.

Penelitian ini, menggunakan metode eksperimen dengan variabel X latihan kelincahan, variabel Y kemampuan menggiring bola, teknik pengumpulan data yakni menggunakan teknik *Pree Test Dan Post Test*, sedangkan untuk analisis data yakni menggunakan uji t.

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis diperoleh nilai t-tabel pada tingkat signifikansi 5% dan dk=38 adalah sebesar 2.02, sedangkan nilai t-hitung adalah sebesar 5,5. Nilai t hitung ini berada diluar interval $-t_{\alpha/2;n_1+n_2-2} < t_{hit} < t_{\alpha/2;n_1+n_2-2}$ sehingga H_0 ditolak. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan antara kemampuan siswa dalam menggiring bola sebelum melakukan latihan kelincahan dan setelah melakukan latihan kelincahan.

Kata Kunci : Latihan Kelincahan dan Menggiring bola