

ABSTRAK

IMRAN K, AGASE. 831 408 081. Judul Skripsi “ Pengaruh latihan zig-zag dan Tanpazig-zag Terhadap kelincahan dalam permainan sepak bola pada siswa putra SMP 1 Batudaa”. Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan dan Keolahragaan Universitas Gorontalo. Pembimbing 1
prof. Dr. H. Hariadisaid, MS dan suriyadi Datau, S.pd. M.pd.

Apakah terdapat pengaruh latihan zig-zag dan Tanpazig-zag terhadap kelincahan dalam permainan sepak bola pada siswa putra SMP 1 Batudaa. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan zig-zag dan Tanpazig-zag terhadap kelincahan dalam permainan sepak bola pada putra SMP 1 Batudaa. Untuk menguji hipotesis yang mengatakan bahwa terdapat pengaruh latihan zig-zag dan tanpazig-zag terhadap kelincahan dalam permainan sepak bola pada putra SMP 1 Batudaa. yang result and dalam penelitian ini menggunakan uji t analisis varians.

Penelitian bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan zig – zag dan tanpazig-zag terhadap kelincahan dalam permainan sepak bola.

Sampel yang secara sederhana diartikan sebagai bagian yang diambil dari populasi dan merupakan perwakilan sifat-sifat populasi yang diteliti. Arikunto (2002:122), mengemukakan bahwa untuk penetapan sampel sebagai berikut apabila jumlah populasi kurang dari 100 maka yang menjadi sampel adalah keseluruhan dari sampel yang ada, sedangkan apabila jumlah populasinya lebih dari 100 maka yang menjadi sampelnya 10%-15% atau 20%-25%. dipertegas lagi bahwa “ penentuan sampel tergantung dari kemampuan si peneliti (waktu, tenaga dan dana), sempit luasnya wilayah pengamatan dari setiap subyek, serta besar kecilnya resiko yang ditanggung oleh peneliti, Arikunto (2002:122). Sehubungan dengan hal tersebut, maka yang menjadi sampel dalam penelitian ini ditetapkan sebanyak 22 orang sebagai sampel treatment yaitu siswa putra. yang diambil secara *purposive sampling*.

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen kuasi, penelitian terdiri atas 2 variabel penelitian yaitu variabel X (latihan zig-zag dan tanpa zig-zag), dan variabel Y (kelincahan).

- Terdapat pengaruh latihan zig-zag terhadap kelincahan dalam permainan sepak bola pada siswa putra SMP NEGERI 1 BATUDAA”.
- Terdapat pengaruh latihan tanpa zig-zag terhadap kelincahan dalam permainan sepak bola pada siswa putra SMP NEGERI 1 BATUDAA”.
- Tidak terdapat perbedaan pengaruh latihan zig-zag dan tanpa zig-zag terhadap kelincahan dalam permainan sepak bola pada siswa putra SMP Negeri 1 Batudaa.”

Berdasarkan data hasil penelitian yang memiliki varians populasi yang homogen dan data hasil penelitian latihan zig-zag dan tanpazig-zag merupakan data yang memiliki distribusi normal, maka dalam pengujian hipotesis digunakan uji kesamaan dua rata-rata melalui uji dua pihak. Untuk keperluan pengujian hipotesis dalam penelitian ini, terlebih dahulu dilakukan komparasi antara $X_{1,1}$ dengan $X_{1,2}$. hasil pengujian menunjukkan harga t_{hitung} sebesar 0.89 Sedangkan dari daftar distribusi diperoleh harga t_{daftar} 2.05. Ternyata harga t_{hitung} atau harga t_{hitung} telah berada di dalam daerah penerimaan H_0 . Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa H_0 diterima dan tidak dapat menerima H_1 .