

ABSTRAK

DARLIN, NIM. 161 407 006. Pengaruh Latihan Lari Zig-Zag terhadap Keterampilan Menggiring Bola dalam Permainan Sepak Bola (Penelitian pada Siswa Kelas XI IPS SMA Negeri 1 Mananggu). Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga. Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan dan Keolahragaan. Universitas Negeri Gorontalo. 2012.

Masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat pengaruh latihan lari zig-zag terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepak pada siswa kelas XI IPS di SMA Negeri 1 Mananggu? Adapun tujuan yang hendak dicapai adalah untuk mengetahui pengaruh latihan lari zig-zag terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepak pada siswa kelas XI IPS di SMA Negeri 1 Mananggu.

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen, dimana dalam metode ini peneliti terlibat langsung dalam kegiatan penelitian dengan memberikan respon kepada siswa untuk mengikuti latihan lari zig-zig. Selanjutnya, data penelitian yang diperoleh diolah secara statistik dengan menggunakan uji-t. Sebagai persyaratan dari uji ini, maka dilakukan uji homogenitas data, varians gabungan, dan uji bartlet. Dalam rangka pengujian hipotesis, maka dilakukan pula uji normalitas dan homogenitas varians.

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka disimpulkan bahwa hipotesis yang berbunyi: “Terdapat pengaruh antara latihan lari zig-zag terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan sepak bola pada siswa kelas XI IPS SMA Negeri 1 Mananggu”, dinyatakan diterima. Hal ini ditunjukkan oleh:

- 1) Dari perhitungan homogenitas, bahwa X^2_{hitung} lebih kecil dari X^2_{daftar} atau $0 < 3,81$, sehingga dengan hipotesis H_0 diterima, dalam arti kedua kelas yang dijadikan sampel penelitian adalah benar-benar homogen.
- 2) Dari hasil perhitungan hipotesis, bahwa t_{hitung} berada di luar daerah penerimaan H_0 , sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti terjadi pengaruh antara latihan zig-zag terhadap kemampuan *dribbling* bola.

Kata kunci: Latihan, lari zig-zag, menggiring bola, dan sepak bola

