

## ABSTRAK

Salhuddin Hasto. Nim. 832 409 098. "Pengaruh Latihan *Shuttle Run* Terhadap Kemampuan Siswa Menggiring Bola Dengan Menggunakan Punggung Kaki Pada Permainan Sepak Bola Di SMA Negeri I Limboto. Skripsi. Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Kesehatan Dan Keolahragaan Universitas Negeri Gorontalo 2012. Bimbingan Dra.Hj.Nurhayati Liputo, M.Pd dan Ucok H. Refiater, S.Pd, M.Pd

Adapun yang menjadi masalah dalam penelitian ini adalah "Apakah terdapat pengaruh latihan *shuttle run* terhadap kemampuan siswa menggiring bola dengan menggunakan punggung kaki pada permainan sepak bola di SMA Negeri I Limboto?" Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan *shuttle run* terhadap kemampuan menggiring bola dengan menggunakan punggung kaki pada permainan sepak bola di SMA Negeri I Limboto.

Populasi dalam penelitian ini berjumlah 32 orang sedangkan jumlah sampel adalah 20 orang, teknik penarikan sampel menggunakan *random sampling* yang mana sampel di ambil secara acak dari SMA Negeri 1 Limboto.

Penelitian ini, menggunakan metode eksperimen dengan variabel X latihan *shuttle run*, variabel Y kemampuan menggiring bola dengan menggunakan punggung kaki, 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 3,17. 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 dengan menggunakan punggung kaki sebelum melakukan latihan *shuttle run* dan setelah melakukan latihan *shuttle run*.

Kata Kunci : Latihan, *Shuttle Run* dan Menggiring, Punggung Kaki