

PERSETUJUAN PEMBIMBING

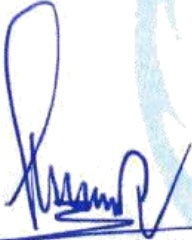
**PENGARUH LATIHAN SHUTTLE RUN DAN ZIG-ZAG RUN
TERHADAP KETERAMPILAN DRIBLING PADA PERMAINAN BOLA
BASKET TIM BASKET PUTRA SMP NEGERI 1 GORONTALO**

Oleh


IRAMAWATI P.DAUD
NIM : 832412065

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji

Pembimbing 1



Drs. Ruskin M.Pd
NIP.195712311986031026

Pembimbing 2


Svarif Hidayat S.Pd,Kor,M.Or
NIP.19790403 200501 1 003

Mengetahui:

Mengetahui Ketua Jurusan Pendidikan Kepeleatihan Olahraga


Svarif Hidayat S.Pd,Kor,M.Or
NIP.19790403 200501 1 003

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

PENGARUH LATIHAN SHUTTLE RUN DAN ZIG-ZAG RUN
TERHADAP KETERAMPILAN DRIBLING PADA PERMAINAN BOLA
BASKET TIM BASKET PUTRA SMP NEGERI 1 GORONTALO

2018

Oleh:

IRMAWATI P. DAUD


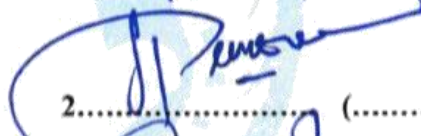

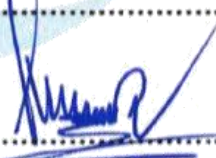
NIM. 8324120656

Telah Dipertahankan Di Depan Dewan Penguji

Hari/Tanggal: Senin 23 Juli 2018

Pukul : 09.00 Sampai Dengan Selesai

Dewan Penguji

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
1. <u>Dra Nurhayati Liputo, M.Pd</u> Nip. 19570902198203200		1..... (.....)
2. <u>Supriyanto Kadir M.Pd</u> Nip.		2..... (.....)
3. <u>Syarif Hidayat S.Pd, Kor, M.Or</u> NIP.19790403 200501 1 003		3..... (.....)
4. <u>Drs. Ruskin M.Pd</u> NIP.195712311986031026		4..... (.....)

Mengetahui

Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan

Universitas Negeri Gorontalo



Dr. Lintje Boekosoe, M.Kes

Nip. 19590110 198603 2 003

ABSTRAK

IRMAWATI P. DAUD. 832412065 “Pengaruh Latihan Shuttle Run dan Zig-Zag Run Terhadap Kemampuan Dribling pada Permainan Bola Basket Tim Basket Putra SMP Negeri 1 Gorontalo”.

Tujuan penelitian: Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh latihan *shuttle Run* Dan *Zig-Zag Run* terhadap Kemampuan Dribling pada permainan bola basket tim basket putra SMP Negeri 1 Gorontalo. Metode Penelitian Ekperiment. Desain Penelitian *Two Group Pree Test – Post Test Design*. Sampel penelitian di lakukan pada tim Basket putra SMP Negeri 1 Gorontalo dengan jumlah 20 orang. Hasil peneitian: dari hasil pengujian *Pree Test* dan *Post Test* kelompok *Shuutle Run* Menunjukkan Harga t_{hitung} 16.93 sedangkan dari daftar t_{daftar} 1.83 pada taraf nyata $\alpha = 0.05$ jadi dapat di simpulkan latihan *Shuttle Run* memberikan pengaruh terhdapa keterampilan dribbling pada permaian Bola Basket Tim Basket Putra SMP Negeri 1 Gorontalo dari hasil Pengujian kelompok *Zig-Zag Run* menunjukkan hara t_{hitung} sebesar 11,02 sedangkan dari daftar distribusi t_{tabel} sebesar 1.83. pada taraf nyata $\alpha = 0.05$ jadi dapat di simpulkan Latihan *Zig-Zag Run* memberikan pengaruh terhadap keterampilan Dribling pada permainan Bola Basket Tim basket Putra SMP Negeri 1 Gorontalo. Dari hasil penelitian *Pree Test* dan *Post Test Shuttle Run* dan *Zig-Zag Run* menunjukkan bahwa terdapa tengaruh terhadap kemampuan *Dribbling* pada permainan Bola Basket Tim Basket Putra SMP Negeri 1 Gorontalo

Kata Kunci: Latihan Shuttle Run dan Zig-zag Run kemampuan Dribling Permainan Bola Basket

ABSTRACT

IRMAWATI P. DAUD. 832412065. “The Influence of Shuttle Run and Zig Zag Run Exercise on Dribbling Skill at Basketball of Male Basketball of SMP Negeri 1 Gorontalo”.

The research aimed to know to what extent the influence of shuttle run and Zig-Zag Run on dribbling skill at basketball of male basketball team of SMP Negeri 1 Gorontalo. It applied experimental method and Two Group Pre-test-Post-test design. Research samples were 20 students as member of male basketball team of SMP Negeri 1 Gorontalo. Research finding: testing over pre-test and post-test of shuttle run group obtained value of $t_{count} = 16.93$ while t_{list} obtained value of 1.83 at significance level $\alpha = 0.05$, thus, it could be inferred that Shuttle Run had influence on dribbling skill at basketball of male basketball team of SMP Negeri 1 Gorontalo. Also, the test over Zig-Zag Run group showed value of t_{count} for 11,02 while the t_{list} obtained value of 1.83 at significance level $\alpha = 0.05$. To infer, the Zig-Zag Run exercise had influence on dribbling skill at basketball of male basketball team of SMP Negeri 1 Gorontalo. In addition, the research finding for Pre-test and post-test of Shuttle Run and Zig-Zag Run confirmed presence of influence on Dribbling skill at basketball of male basketball team of SMP Negeri 1 Gorontalo.

Keywords: Shuttle Run and Zig-Zag Run at Dribbling Skill on Basketball