

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING**

Skripsi :

**PENGARUH VARIASI LATIHAN KELINCAHAN TERHADAP  
KETERAMPILAN MENGGIRING BOLA DALAM  
PERMAINAN SEPAK BOLA  
(Study Eksperimen Atlet Sekolah Sepak Bola Inapita)**

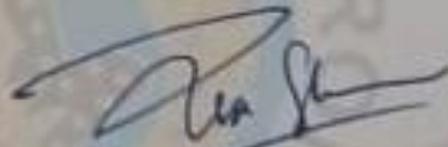
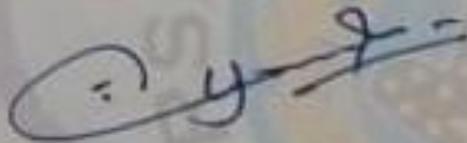
Oleh:

**NURUL AQSYA HASSAN  
NIM : 832 416 012**

Telah diperiksa dan disetujui untuk mengikuti ujian skripsi

Pembimbing I

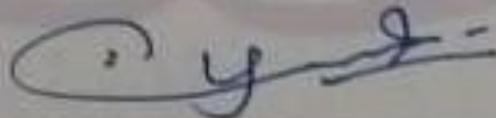
Pembimbing II



Syarif Hilayat, S.Pd.Kor, M.Or  
NIP. 19790403 200501 1 003

Resa Sukardi Massa, S.Pd, M.Pd  
NIP. 19880918 201903 1 017

Mengetahui,  
Ketua Jurusan Pendidikan Kepeleatihan Olahraga  
Fakultas Olahraga dan Kesehatan  
Universitas Negeri Gorontalo



Syarif Hilayat, S.Pd.Kor, M.Or  
NIP. 19790403 200501 1 003

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

PENGARUH VARIASI LATIHAN KELINCAHAN TERHADAP  
KETERAMPILAN MENGGIRING BOLA DALAM  
PERMAINAN SEPAK BOLA  
(Study Eksperimen Atlet Sekolah Sepak Bola Inapita)

Oleh:

NURUL AQSYA HASSAN

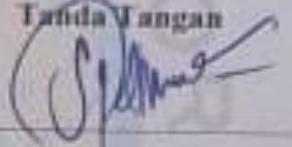
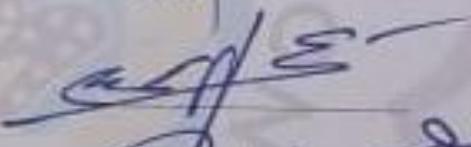
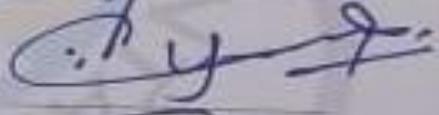
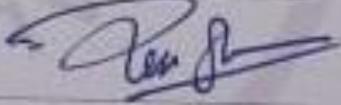
NIM : 832 416 012

Telah dipertahankan didepan dewan penguji pada:

Hari/tanggal : Selasa, 15 Juni 2021

Pukul : 09.00 s/d selesai

Dosen Penguji :

- | Nama   | Tanda Tangan  |
|--|---|
| 1. <u>Suprianto Kadir, S.Pd, M.Pd</u><br>NIP. 19870918 201903 1 010    |   |
| 2. <u>Edy Dharma P. Dube, M.Pd</u><br>NIP. 19810615 200812 1 001       |   |
| 3. <u>Svarif Hidayat, S.Pd.Kor, M.Or</u><br>NIP. 19790403 200501 1 003 |   |
| 4. <u>Resa Sukardi Massa, S.Pd, M.Pd</u><br>NIP. 19880918 201903 1 017 |  |

Mengetahui,

Dekan Fakultas Olahraga dan Kesehatan  
Universitas Negeri Gorontalo



Prof. Dr. Herlina Jusuf, Dra., M.Kes  
NIP. 19631001 198803 2 002

## ABSTRAK

**Nurul Aqsyah Hassan.** 2021. Pengaruh variasi latihan kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan Sepakbola Study Eksperimen Atlet Sekolah Sepak Bola Inapita. Skripsi Jurusan Pendidikan Kepeleatihan Olahraga, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo. Pembimbing I Syarif Hidayat, S.PdKor., M.Or dan Pembimbing II Resa Sukardi Massa, S.Pd, M. Pd

Tujuan penelitian ini adalah variasi latihan kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan Sepakbola.

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen, rancangan penelitian menggunakan desain penelitian *One Group Pre Test and Post Test Design*. Sampel berjumlah 18 Atlet. Teknik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran. Instrumen penelitian menggunakan tes keterampilan menggiring bola. Teknik analisa data adalah dengan menggunakan rumus Uji t pada taraf signifikansi 5 %.

Hasil pengujian hipotesa, diperoleh t hitung sebesar 20.65 dan t tabel senilai 1.74 sesuai kriteria pengujian bahwa terima  $H_0$  jika t hitung sama atau lebih kecil dari t tabel sedangkan tolak  $H_0$  jika t hitung lebih besar dari t tabel. Oleh karena itu t hitung 20.65 lebih besar dari t tabel (1.74), maka hasil analisis menunjukkan tolak  $H_0$  yang berarti terima  $H_a$  atau terima hipotesis penelitian. Dengan demikian kesimpulannya adalah terdapat variasi latihan kelincahan terhadap keterampilan menggiring bola dalam permainan Sepakbola

Kata Kunci: *Variasi Latihan Kelincahan, Keterampilan Menggiring bola, Sepak Bola*

## ABSTRACT

**Nurul Aqsyah Hassan**, 2021. The Effect of Variations in Agility Training on Dribbling Skills in Football Game (An Experimental Study on the Inapita Football School Athlete) Undergraduate Thesis, Department of Sports Coaching Education, Faculty of Sports and Health, State University of Gorontalo. The Principal Supervisor is Syarif Hidayat, S.Pd.Kor., M.Or., and the Co-supervisor is Resa Sukardi Massa, S.Pd., M. Pd.

This study aims to know the variation in agility training on dribbling skills in football games

This is an experimental study using One Group Pre-test and Post-test Design, in which the sample is 18 athletes. The data collection technique applies test and measurement with research instruments using the dribbling skill test. The data analysis technique uses the t-test formula at a significance level of 5%.

Based on the hypothesis testing, it obtains t count of 20.65 and t table of 1.74, in which according to the test criteria,  $H_0$  is accepted if t count is equal to or less than t table while  $H_0$  is rejected if t count is higher than t table. Therefore, t count (20.65) is higher than t table (1.74), so the result of the analysis shows that  $H_0$  is rejected and  $H_a$  is accepted or the hypothesis is positively confirmed. Thus, it can be concluded that there are variations in agility training on dribbling skills in football games.

Keywords: *Variation in Agility Training, Agility, Skills, Football*

