

## ABSTRAK

### **JUDUL : PENGARUH METODE LATIHAN VARIASI TERHADAP KEMAMPUAN PASSING DAN STOPPING BOLA DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA PADA SSB RAJAWALI PEKANBARU**

Berdasarkan pengamatan peneliti terhadap kenyataan yang terjadi dilapangan, bahwa hasil *passing* dan *stopping* pada SSB Rajawali Pekanbaru masih belum maksimal. Masalah ini disebabkan kurangnya akurasi, koordinasi mata dan kaki pada pemain dan kurangnya latihan variasi *passing* dan *stopping* SSB Rajawali Pekanbaru. Pengumpulan data ini menggunakan instrumen hasil *passing* dan *stopping* , dimana jumlah sampel terdiri dari 17 orang. Jenis penelitiannya adalah eksperimen dengan desain *pre test* dan *post test*. Tujuan penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan variasi terhadap kemampuan *passing* dan *stopping* bola pada SSB Rajawali Pekanbaru. Instrumen yang digunakan untuk meningkatkan hasil *passing* dan *stopping* bola pada permainan sepak bola. Teknik analisis data untuk menghitung besarnya pengaruh metode latihan variasi adalah uji t. Penelitian menyimpulkan bahwa : metode latihan variasi dapat meningkatkan hasil *passing* dan *stopping* pada permainan sepak bola di SSB Rajawali Pekanbaru secara signifikan.

**Kata kunci : Metode latihan variasi, kemampuan *passing* dan *stopping* sepakbola**

## ABSTRACT

### **TITLE : THE EFFECT OF VARIATION OF THE TRAINING METHODS AND STOPPING BALL PASSING ABILITY IN THE GAME OF FOOTBALL AT ALL TEAM SSB RAJAWALI PEKANBARU**

Based on the observation study of phenomena that occur in the field, that the result of passing and stopping at all team SSB Rajawali Pekanbaru still not maximized. This problem is due to the lack of accuracy, coordination of the eyes and feet on the players and lack of variation exercises SSB Rajawali Pekanbaru. This data collection using the instrument passing and stopping results, where the number of sample consisted 17 people. Type of research in the design of experiments with pre test and post test. This study aims to determine the effect of variation training on passing and stopping ability in SSB Rajawali Pekanbaru. Instrument used to improve the result of passing and stopping the ball in the game of football. Data analysis techniques of quality the influence of training method is the t-test variation. This study concluded : training methods variation can improve the results of passing and stopping at a football game in SSB Rajawali Pekanbaru in significant.

**Keywords : Variation Practice Method, Passing Ability and Stopping the Ball**