

ABSTRAK

AHMAD RIFAI (096611142) : Pengaruh Metode Latihan Variasi Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Dalam permainan Sepak Bola Ekstrakurikuler Di SMP Negeri 1 Kampar Kiri Tengah.

Penelitian ini dilatar belakangi oleh beberapa permasalahan yang ditemui dilapangan yaitu : a) Bagaimanakah kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola Ekstrakurikuler Di SMP Negeri 1 Kampar Kiri Tengah?.b) Bagaimanakah bentuk Variasi Latihan Kemampuan Menggiring bola Dalam permainan Sepak Bola Ekstrakurikuler Di SMP Negeri 1 Kampar Kiri Tengah? c) Bagaimanakah Kemampuan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepak Bola Ekstrakurikuler Di SMP Negeri 1 Kampar kiri Tengah?. d) Bagaimanakah Pengaruh Metode Latihan Variasi Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepak Bola Di SMP Negeri 1 Kampar Kiri Tengah?

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh latihan variasi terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola di SMP Negeri 1 Kampar Kiri Tengah. Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen, penelitian ini dianalisis secara kuantitatif dan diskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa ekstrakurikuler sepak bola di SMP Negeri 1 Kampar Kiri Tengah yang berjumlah 15 orang.

Dari hasil analisis pengujian hipotesis penelitian diperoleh hasil mean *pretest* (tes awal) 54,7 dan hasil *posttest* (test akhir) 61, terlihat dengan nilai *t* table diatas, terlihat dengan nilai *t* table 2,977 pada taraf signifikan 0,01 ($df\ n-1 = 14$) dan nilai *t* hitung 4,02. Diperoleh dengan nilai *t* hitung lebih besar dari *t* table yaitu $4,02 > 2,977$, maka H_a diterima dan H_o ditolak. Berarti terdapatnya pengaruh metode variasi latihan terhadap kemampuan menggiring bola dalam permainan sepak bola ekstrakurikuler di SMP Negeri 1 Kampar Kiri Tengah.