

## RINGKASAN SKRIPSI

Skripsi ini berjudul “Pengaruh Latihan *Dribble 20 Yards Square* Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Siswa Ekstrakurikuler Sepak Bola SMA Negeri 1 Hulu Sungai”.

Masalah dan sub masalah: 1. Bagaimana kemampuan menggiring bola sebelum diberikan latihan *dribble 20 yards square* pada siswa ekstrakurikuler sepak bola SMA Negeri 1 Hulu Sungai? 2. Bagaimana kemampuan menggiring bola sesudah diberikan latihan *dribble 20 yards square* pada siswa ekstrakurikuler sepak bola SMA Negeri 1 Hulu Sungai? 3. Apakah terdapat pengaruh terhadap kemampuan menggiring bola sesudah diberikan latihan *dribble 20 yards square* pada siswa ekstrakurikuler sepak bola SMA Negeri 1 Hulu Sungai?

Berdasarkan dari permasalahan di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui: “Pengaruh Latihan *Dribble 20 Yards Square* Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Siswa Ekstrakurikuler Sepak Bola SMA Negeri 1 Hulu Sungai”. 1. Untuk mengetahui kemampuan menggiring bola sebelum latihan *dribble 20 yards square* pada siswa ekstrakurikuler sepak bola SMA Negeri 1 Hulu Sungai. 2. Untuk mengetahui kemampuan menggiring bola sesudah diberikan latihan *dribble 20 yards square* pada siswa ekstrakurikuler sepak bola SMA Negeri 1 Hulu Sungai. 3. Untuk mengetahui pengaruh terhadap kemampuan menggiring bola sesudah diberikan latihan *dribble 20 yards square* pada siswa ekstrakurikuler sepak bola SMA Negeri 1 Hulu Sungai.

Variabel penelitian adalah sesuatu yang ditetapkan oleh penelitian berdasarkan penelitian yang akan dilakukan atau suatu atribut objek yang berdiri, dan dalam variabel tersebut terdapat data yang melengkap (Mertha Jaya 2021: 62).

Berdasarkan hasil penelitian dan hasil analisis data ditarik kesimpulan bahwa terdapat pengaruh latihan *dribble 20 yards square* terhadap kemampuan menggiring bola pada siswa ekstrakurikuler sepak bola SMA Negeri 1 Hulu Sungai. 1. Kemampuan menggiring bola sebelum diberikan tes awal (*pretest*) kemampuan menggiring bola siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Hulu Sungai dengan 15 sampel penelitian rata-rata *pre-test* adalah 6.4000 dengan standard deviasi .82808. 2. Kemampuan menggiring bola setelah diberikan perlakuan pada siswa ekstrakurikuler selama 1 bulan 7 hari dengan jumlah frekuensi pelaksanaan latihan setiap minggu sebanyak 3 kali, data terakhir (*posttest*) kemampuan menggiring bola pada siswa ekstrakurikuler sepak bola SMA Negeri 1 Hulu Sungai dengan 15 sampel penelitian maka diperoleh rata-rata adalah 8.0000 dengan standard Deviasi .75593. 3. Terdapat pengaruh latihan *dribble 20 yards square* dari data *pretest* dan *posttest* dengan 15 sampel penelitian didapat nilai  $t_{hitung} > t_{tabel}$  atau  $12.220 > 2.160$ . Hal ini berarti terdapat pengaruh yang signifikan latihan *dribble 20 yards square* terhadap kemampuan menggiring bola pada siswa ekstrakurikuler sepak bola SMA Negeri 1 Hulu Sungai.

Berdasarkan saran dan penelitian ini maka ditarik beberapa kesimpulan yaitu: 1. Bagi peneliti perlu dilakukan penelitian yang lebih lanjut dengan jumlah sampel yang lebih banyak dan waktu penelitian yang lebih lama. 2. Bermanfaat bagi sampel karena mereka juga dapat memahami gerakan-gerakan yang lebih mudah untuk dimengerti.