

## ABSTRAK

Putra, Sukarno, 2022. Pengaruh Latihan Sirkuit *dribbling* Terhadap Kemampuan Menggiring Bola Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 30 Muaro Jambi. Skripsi. Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Jambi. Pembimbing I Dr. Drs. Sukendro, M. Kes. AIFO. Pembimbing II Roli Mardian, S. Pd., M. Pd

**Kata Kunci :** *Latihan sirkuit dribbling sepak bola, Menggiring Bola*

Penelitian ini dimaksudkan untuk mengetahui ada atau tidak pengaruh latihan *sirkuit dribbling* terhadap kemampuan menggiring bola pada siswa kelas VII SMP Negeri 30 Muaro Jambi. Deskripsi hasil penelitian ini dilakukan melalui tes awal (*pre-test*) dan pengukuran kedua melalui tes akhir (*post-test*). Tes awal dilakukan dengan tujuan untuk mengambil data sebelum diberikan latihan dan tes akhir dilakukan untuk mengambil data setelah diberikan latihan kurang lebih selama 16 kali pertemuan.

Berdasarkan hasil tes awal (*pre-test*) dan tes akhir (*post-test*) maka diperoleh hasil rata-rata dari tes awal (*pre-test*) yaitu sebesar 12,7641 dan rata-rata tes akhir (*post-test*) yaitu sebesar 11,3276. Selain itu diperoleh juga nilai simpangan baku (standar deviasi) untuk tes awal (*pre-test*) sebesar 1,37994 dan untuk tes akhir (*post-test*) yaitu sebesar 1,19075. Nilai minimum untuk tes awal (*pre-test*) sebesar 10,11 dan untuk tes akhir (*post-test*) yaitu sebesar 9,10. Dan untuk nilai maximum tes awal (*pre-test*) sebesar 14,71 dan untuk tes akhir (*post-test*) yaitu sebesar 13,54.

Dari hasil analisis data dalam penelitian ini menunjukkan ada perbedaan yang signifikan antara tes awal (*pre-test*) dan tes akhir (*post test*) yaitu  $T_{hitung}$  Sebesar 11,580 >  $T_{tabel}$  sebesar 2,131. Sehingga terdapat perbedaan yang signifikan antara data sebelum dan sesudah diberikan latihan. maka hipotesis ( $H_0$ ) yang menyatakan tidak ada pengaruh sirkuit *dribbling* terhadap kemampuan menggiring bola ditolak sehingga hipotesis ( $H_a$ ) diterima. Dengan demikian hipotesis menyatakan ada pengaruh yang signifikan antara sirkuit *dribbling* terhadap kemampuan menggiring bola.