

ABSTRAK

Wahyu Cahyo Pratama 2024. “Pengaruh Metode Latihan Drill Fast Bowling Terhadap Keterampilan Bowler Mahasiswa UKM Cricket Universitas Jambi”. Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kepeleatihan, Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Universitas Jambi, Pembimbing (I) Dr. Wawan Junresti Daya, S.Si, M.Pd. Pembimbing (II) Fitri Khairunisa, S.Pd, M.Pd.

Kata kunci : Latihan Drill Fast Bowling, Keterampilan.

Cricket adalah salah satu olahraga yang sedang populer di dunia termasuk Indonesia. Cricket merupakan permainan beregu. Cricket merupakan permainan yang mengutamakan memukul dan melempar. Sedangkan kemampuan tiap individu dalam melempar berbeda, contohnya postur tubuh, posisi lengan, posisi kaki juga harus baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan drill fast bowling terhadap ketepatan bowler pada mahasiswa UKM cricket Universitas Jambi.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji pengaruh metode latihan drill fast bowling terhadap keterampilan bowler mahasiswa UKM cricket Universitas Jambi.

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian pre- experimental dengan desain one group pretest posttest design. Subjek yang digunakan sebanyak 9 bowler Mahasiswa UKM Cricket Universitas Jambi. Penelitian ini dilakukan selama 16 kali pertemuan dengan frekuensi latihan 4 kali seminggu dalam 4 minggu. Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh dengan analisis data dan pengujian hipotesa, maka dapat di Tarik kesimpulan bahwa terdapat Pengaruh Metode Latihan Drill Fast Bowling Terhadap Keterampilan Bowler Mahasiswa UKM Universitas Jambi. Apabila dilihat dari angka Mean Difference atau rata-rata pada tes awal sebesar 4,00 dan rata-rata tes akhir sebesar 10,67, hasil penelitian ini diperkuat dengan hasil uji t dapat dilihat bahwa $t_{hitung} (4,637) > t_{tabel} (1,859)$, maka hipotesis pada penelitian ini diterima.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat Pengaruh Metode Latihan Drill Fast Bowling Terhadap Keterampilan Bowler Mahasiswa UKM Cricket Universitas Jambi.