# PENGARUH LATIHAN *BALL FEELING* DAN *AGILLITY* TERHADAP KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA PEMAIN FUTSAL DI SMP NEGERI 3 PALEMBANG

# RYVALDO SYAPUTRA

**2020151021**

# ABSTRAK

# Masalah dalam penelitian ini adalah kemampuan menggiring bola dalam permainan futsal di SMP Negeri 3 Palembang kurang maksimal Beberapa penyebab belum maksimalnya kemampuan *dribbling* atlet dikarenakan dalam melakukan *dribbling,* pemain belum ditunjang dengan kelincahan yang baik, pelatih belum pernah memberikan metode latihan kelincahan yang menjurus pada kemampuan tersebut terlihat dengan seringnya atlet kehilangan bola saat sedang digiring dan dengan mudah direbut oleh lawan. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa ekstrakulikuler futsal di SMP Negeri 3 Palembang yang berjumlah 30 siswa.sampel yang ada dalam penelitian ini adalah 30 siswa ekstrakulikuler futsal SMP Negeri 3 Palembang teknik dalam mengambil sampel dalam penelitian ini menggunakan Total Sampling. Metode penelitian ini adalah penelitian Eksperimen ,Desain dalam penelitian ini adalah “*two group pretest posttest design*” hasil Hipotesis H1 dalam penelitian ini dimana hasil uji-t tersebut diketahui bahwa nilai t hitung sebesar 6,770 sementara T tabel α 0,05 (15-1) =14 adalah 1.761, kaena nilai t hitung > t tabel (6,770 > 1.761), hal ini berarti ada pengaruh yaitu HA 1 : Ada pengaruh latihan *ball feeling* terhadap kemampuan menggiring bola pada pemain futsal SMP Negeri 3 Palembang ,hasil uji-t hipotesis kedua H2 diketahui bahwa nilai t hitung sebesar 4.297 sementara T tabel α 0,05 (15-1) =14 adalah 1.761, kaena nilai t hitung > t tabel (4,297 > 1.761), hal ini berarti ada pengaruh yaitu HA 2 : Ada pengaruh latihan *agility* terhadap kemampuan menggiring bola pada pemain futsal SMP Negeri 3 Palembang ,hasil uji-t hipotesis ketiga H3 bahwa nilai t hitung pretest-posttest *ball feeling* lebih besar yaitu 6.770 daripada nilai t hitung pretest- posttest *agility* yaitu 4.297, maka hal ini berarti latihan *ball feeling* lebih efektif daripada latihan *agility* terhadap peningkatan keterampilan menggiring bola,

# *Kata kunci : Ball feeling dan agility dribbling futsal*