

## ABSTRAK

Prasetyo, Syahrul. 2020. *Pengaruh Latihan Sprint 50 meter Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Sepak Bola Pada Siswa MA Darul Ulum Waru Sidoarjo.* Skripsi. Surabaya. Program Studi Pendidikan Jasmani. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas PGRI Adi Buana Surabaya. Dosen Pembimbing: Dr. Suharti, M.Si.,M.Pd.,AIFO-FIT

Kata Kunci: *Pelatihan Sprint 50 meter, Keterampilan menggiring*

Menggiring bola merupakan salah satu teknik dasar yang cukup memiliki peranan penting dalam permainan sepak bola, tidak heran jika para pengamat sepak bola khususnya menyatakan bahwa mahirnya seorang pemain dapat dilihat pada bagaimana seorang pemain tersebut menggiring bola. ekstra, dari hal ini peneliti ingin membuktikan apakah ada pengaruh latihan *sprint* 50 meter terhadap keterampilan menggiring bola pada siswa MA Darul Ulum Waru Sidoarjo. Metode yang digunakan pada penelitian ini yaitu metode kuantitatif. Dengan jumlah sample 20 siswa. Teknik pengumpulan data menggunakan observasi dan teknik analisis menggunakan alat uji SPSS versi 24 dengan  $\alpha = 0,05$ . Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa siswa yang di beri latihan *sprint* 50 meter mempunyai pengaruh terhadap keterampilan menggiring bola. Hal ini dibuktikan oleh peneliti dengan hasil analisis data dengan statistic data. *One group desain pre-test post-test* menggunakan bantuan alat uji SPSS versi 24 diperoleh  $t_{hitung}$  sebesar 7,781. Sedangkan pada  $t_{table}$  2,093 dengan taraf signifikan 5%. Apabila  $t_{hitung} > t_{tabel}$  maka  $H_0$  ditolak  $H_a$  diterima. Hal ini menyatakan adanya pengaruh latihan *sprint* 50 meter terhadap keterampilan menggiring bola pada siswa MA Darul Ulum Waru Sidoarjo.

## ABSTRACT

Prasetyo, Syahrul. 2020. *The Effect of 50-meter Sprint Exercise on Dribbling Skills in Football Games on MA Darul Ulum Waru Students in Sidoarjo*. Thesis. Surabaya. Physical Education Study Program. Faculty of Teacher Training and Education, PGRI Adi Buana University, Surabaya. Supervisor: Dr. Suharti, M.Sc., M.Pd., AIFO-FIT

Keywords: *Football, 50-meter Sprint Training, Herding Skills*

Dribbling is one of the basic techniques that has quite an important role in the game of football, do not be surprised if football observers specifically state that the prowess of a player can be seen in how a player is dribbling. To be able to do this extra training needs to be done, from this the researcher wants to prove whether there is an effect of the 50 meter sprint exercise on dribbling skills in MA Darul Ulum Waru Sidoarjo students. The purpose of this research is to find out whether there is an influence of the influence of 50 meter sprint exercises on dribbling skills on MA Darul Ulum Waru Sidoarjo students. The theory used in this research is to use the basic theory of playing football. The method used in this research is quantitative method. With a sample size of 20 students. Data collection techniques using observation and analysis techniques using SPSS version 24 with  $\alpha = 0.05$ . The results of this study indicate that students who were given 50-meter sprint exercises have an influence on dribbling skills. This is proven by researchers with the results of data analysis with statistical data. One group design pre-test post-test using SPSS version 24 test equipment obtained a tcount of 7.781. Whereas the table is 2,093 with a significant level of 5%. If  $t > t$  table then  $H_0$  is rejected  $H_a$  is accepted. This states the influence of 50-meter sprint exercises on dribbling skills in MA Darul Ulum Waru Sidoarjo students.