

ABSTRAK

Arifan. 2021. Pengaruh Latihan *Small Side Games 4 Versus 4* Terhadap Peningkatan Komponen Biomotorik Kelincahan Pada Siswa SSB Putra Agung Surabaya. Program Studi Pendidikan Jasmani. Fakultas Pedagogi dan Psikologi. Universitas PGRI Adi Buana Surabaya. Pembimbing 1 Dr. Sumardi, M.Kes, Pembimbing 2 Gatot Margisal Utomo, S.Pd., M.Pd.

Kata Kunci: latihan *small side games 4 versus 4*, kelincahan

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan *small side games 4 Versus 4* terhadap peningkatan komponen biomotorik kelincahan pada siswa SSB Putra Agung Surabaya.

Populasi dalam penelitian ini adalah adalah siswa SSB Putra Agung Surabaya yang berjumlah 24 siswa. Peneliti merencanakan pengambilan sampel sebanyak 16 siswa SSB Putra Agung Surabaya. Untuk menentukan dari populasi ke sampel menggunakan teknik *random sampling* (acak/pengundian). Penelitian ini merupakan metode eksperimen dengan jenis sistem *eksperiment non-randomize control grup pretest-posttest design* yang dimana dalam pelaksanaannya penelitian objek yang akan digunakan dibagi menjadi dua kelompok. Pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan *test*. Teknik analisis data menggunakan analisis uji T-Test.

Hasil analisis menemukan hasil jumlah *pretest* hasil *illionis aqility test* 461.81 dan jumlah *posttest* 453.8, sedangkan untuk hasil nilai mean untuk *pretest* sebesar 1.80, untuk *posstest* 1.77, dengan hasil tersebut kemudian dianalisis menggunakan uji-t menghasilkan t_{hitung} sebesar 3.194 dan t_{tabel} sebesar 1.729. Berarti $t_{hitung} > t_{tabel}$. Jadi dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh latihan *small side games 4 Versus 4* terhadap peningkatan komponen biomotorik kelincahan pada siswa SSB Putra Agung Surabaya.

ABSTRACT

Arifan. 2021. The Effect of Small Side Games 4 Versus 4 Training on Increasing Agility Biomotor Components in SSB Putra Agung Surabaya Students. Education Study Program. Faculty Pedagogy and Psychology. University of PGRI Adi Buana Surabaya. Advisor 1 Dr. Sumardi, M.Kes, Advisor 2 Gatot Margisal Utomo, S.Pd., M.Pd.

Keywords: small side games 4 versus 4 training, agility

The purpose of this study was to determine the effect of small side games 4 Versus 4 training on increasing agility biomotor components in SSB Putra Agung Surabaya students.

The population in this study were students of SSB Putra Agung Surabaya, totaling 24 students. The researcher planned to take a sample of 16 SSB Putra Agung Surabaya students. To determine from population to sample using random sampling technique (random / lottery). This research is an experimental method with a non-randomize experimental system type control group pretest-posttest design where in the implementation of the research the object to be used is divided into two groups. Collecting data in this study using a test. The data analysis technique used the T-Test test analyst.

The results of the analysis found the results of the pretest result of the illionis aqility test of 461.81 and the number of posttest 453.8, while the mean value for the pretest was 1.80, for the posttest 1.77, with these results then analyzed using the t-test yielding t_{count} of 3.194 and t_{table} of 1.729 . Means $t_{count} > t_{table}$. So it can be concluded that there is an effect of small side games 4 Versus 4 training on increasing agility biomotor components in SSB Putra Agung Surabaya students.