ABSTRAK

PENGARUH LATIHAN *DOT DRILL* DAN *TREE CORNER DRILL* TERHADAP KELINCAHAN MENGGIRING BOLA SISWA SSB CATUR TUNGGAL FC BANDAR LAMPUNG

Oleh

TEGUH IMAN TRIJAYA

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah mengetahui pengaruh program latihan *dot drill* dan *tree corner drill* terhadap kelincahan menggiring bola pada siswa SSB Catur Tunggal FC Bandar Lampung.

Metode penelitian ini menggunakan metode *eksperimen komperatif* dengan populasi adalah siswa sekolah sepakbola Catur Tunggal FC kelompok umur 13-14 tahun yang berjumlah 30 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *sreantifield random sampling*. Analisis data hasil tes awal dan akhir pengaruh program latihan *dot drill* dan *tree corner drill* untuk meningkatkan kelincahan menggiring bola menggunakan teknik analisis dan uji t.

Hasil penelitian menunjukan: pertama, terdapat pengaruh yang signifikan pada metode latihan *dot drill* dan *tree cornaer drill.* Dari kedua kedua latihan tersebut menunjukan bahwaa latihan *dot drill* lebih baik dibandingkan latihan *tree corner drill*.

Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa. Metode latihan *dot drill* dan *tree corner dri*ll sama-sama memberikan pengaruh besar dalam kelincahan menggiring bola.

Kata Kunci: Gerak dasar, kelincahan, dot drill dan tree corner drill, menggiring